الأسرة والأبناء وقضايا أسرية

الأسرة والأبناء والانحراف السلوكي 3

عنف الأسرة والأبناء

أنواعه وتحذيراته والتوجيه الأسري لعلاجه

أ. د / محمد زياد حمدان

دار التربية الحديثة

عنف الأسرة والأبناء

بسم الله الرحمن الرحيم

الأسرة والأبناء وقضايا أسرية
الأسرة والأبناء والانحراف السلوكي 3

٢١٠,٤
ح م ع

عنف الأسرة والأبناء

أنواعه وتحذيراته والتوجيه الأسري لعلاجه

أ. د / محمد زياد حمدان
دكتوراه فلسفة في تخطيط المناهج والتدريس
وعلم النفس التربوي

دار التربية الحديثة

The Family, Children & Family Issues

THE FAMILY, CHILDREN & BEHAVIORAL VIOLATIONS

BookNo.3

FAMILY & CHILDREN'S VIOLENCE

حقوق الطبع والتوزيع محفوظة
للمؤلف والناشر
2005

عدا حالات المراجعة والتقديم والبحث والاقتباس العادية،
فإنه لا يسمح بنشر أونسخ أوتصوير أوترجمة أي جزء من هذا الكتاب،
أوإستعماله في التدريس أوالتدريب الجماعي لأغراض تجارية،بأي شكل
أو وسيلة مهما كان نوعها الآن أوفي المستقبل،إلا بإذن مكتوب
من المؤلف والناشر

Modern
Education House

دار التربية الحديثة
للنشر والاستشارات والتدريب

P.o.Box. 10656
Fax 2240842
Damascus - Syria

ص.ب 10656
فاكس 2240842
دمشق - سوريا

هذه السلسلة

هذه **السلسلة "الأسرة والأبناء وقضايا أسرية"**، مكرّسة لتطوير فهم الأسرة والأبناء لأنفسهم وأوضاعهم الراهنة ثم التفاهم معا لإيجاد قواعد مشتركة فيما بينهم داخل الأسرة وخارجها، وتفهّمهم بالنتيجة للأهداف والأدوار والحاجات الشخصية والأسرية التي يعيشونها في الحاضر ويطمحون إليها بالمستقبل. إن تلاحمهم وعملهم المشترك معاً نتيجة مداخلات: الفهم والتفاهم والتفهم، سيؤدي إلى تقدم الأسرة والأبناء وازدهار الحياة الأسرية ثم وبدون شك الى تفعيل المؤسسات الاجتماعية وازدهار المجتمع المدني

والأسرة والأبناء هم أغلى ما نملك ويملكه أي مجتمع. فهم معاً مادة الحياة وبهجة الأيام ودفء العمر من غض السنين إلى هرمه... وهم مع هذا كله: الأنوية البيواجتماعية للمجتمع ومؤسساته واجتماعاته المدنية المتنوعة... وكما لا يمكن وجود مجتمع بدون الأسرة أولاً، لا يمكن أيضاً أن يكون الفرد إنساناً عادياً بدون أسرة وأبناء. فالحياة بدونهم تبدوجافة ورتيبة وغير مكتملة، والأهداف الشخصية تبدوناقصة ومحدودة الجدوى.

فالفرد بالأسرة والأبناء، يعيش فعلياً إنسانيته الحقيقية بحلوها ومرّها! وبهم يتكون المجتمع عزيزاً إذا عزت الأسرة والأبناء وصحّت حياتهم الأسرية. وبدونهم لا تأنس الحياة ولا

تستقيم الأنساب ولا الأخلاق ولا الاجتماعات المدنية اليومية في المسكن والعمل والدراسة ومواقف أومداخلات الحياة اليومية مع الناس. فالأسرة والأبناء هم أعز شيء لدى الفرد والمجتمع في أي زمان ومكان، بدءا بآدم وحواء:مؤسسا أول أسرة بشرية في التاريخ الإنساني المعروف وانتهاء بعصر الفضاء والمعلومات الآن. وبالأسرة والأبناء استطاع الإنسان منذ فجر التاريخ تكوين المجتمعات وإنشاء المؤسسات وازدهار الحضارات.

ويعود كل هذا الاهتمام بالأسرة والأبناء، إضافة لما سبق، الى عوامل تربوية أساسية أهمها،

أولاً: أن الأسرة هي المقرر لشخصيات الأبناء حتى عمر عشرين سنة (سن الرشد): فهي المقرر المطلق خلال عمر الطفولة المبكرة من المولد إلى ست سنوات، ثم المقرر الرئيسي خلال الطفولة التالية بعمر 7 – 12 سنة ثم خلال مرحلة الشباب اليافع (المراهقة) بعمر 13 – 20 سنة.

وثانياً: لأن المؤسسات المدرسية بمختلف أنواعها ومستوياتها، تبدوعاجزة عن أداء واجباتها في صقل وإغناء شخصيات الأبناء وتطوير معارفهم وميولهم ومهاراتهم السلوكية التي تتطلبها مواقف الحياة الأسرية والوظيفية والاجتماعية عند الرشد... فالرجوع للأسرة كملاذ آمن ومخلص لتربية الأبناء وتنمية شخصياتهم ونجاحاتهم في المستقبل هوالخيار المتاح

حالياً للتعويض نسبياً عما تفرزه مختلف العمليات التعليمية المشوشة من أولها برياض الأطفال وحتى نهايتها في التعليم الجامعي.

ومع الأهمية البالغة أعلاه للأسرة والأبناء: أنوية المجتمع ومادة وهدف الحياة، ومع الإهمال والروتين وعدم الجدوى التعليمية للعديد من مؤسساتنا المدرسية المتنوعة بدءا من رياض الأطفال والمدارس الابتدائية والإعدادية والثانوية، وانتهاء بالمعاهد والكليات والجامعات، فإن العودة للأسرة والأبناء وتطوير وتعزيز أدوارهم ومداخلاتهم اليومية بالإرشاد والتوجيه والتدريب والتعليم والتثقيف، تبدوضرورية من أجل رفع جدوى الأسرة في تربية الأبناء ثم في تطوير مشاركاتهم السلوكية عند رشدهم قوانين المجتمع ومتطلبات الحياة الاجتماعية المدنية المتنوعة.

والمعلومات التي تقدمها السلسلة الحالية بكتبها ومواضيعها العديدة المتنوعة، تهدف بالدرجة الأولى إلى تحقيق أغراض نفسية وتربوية وتثقيفية وقائية تهم الأسرة والأبناء، ثم إلى علاج مشاكلهم المختلفة حيثما يناسب الموقف او الحالة ذلك...

أما المشاكل النفسية الحادة كما في أمراض واضطرابات الشخصية المعقدة والانحرافات السلوكية المركبة، اوالمشاكل الصحية الصعبة كما في أمراض الأجهزة والأعضاء الجسمية

المعقدة، فتعذو معالجة مثل هذه الحالات قدرة الأسرة على التعامل ذاتيا معها، الأمر الذي تحتاج معه إلى زيارات عيادية نفسية وجسمية متخصصة.. واستشارات لدى أطباء أكفاء علمًا وخبرة وميولاً.

ومع هذا، فإذا استطاعت الأسرة مع الأبناء استثمار المعلومات التي تقدمها السلسلة في فهم أوضاعهم الراهنة، وتوجيه حياتهم ومستقبلهم ذاتيا للأفضل كلما يحتاج الموقف ذلك، ثم في التشاور المستنير الهادف معا، وفي استشارة الجهات الطبية النفسية والجسمية المتخصصة حيث تستدعي بعض حالاتهم الحادة إجراء مثل هذه الاتصالات العيادية.. فإن هدفنا الاسما من إعداد وكتابة هذه السلسلة يكون قد تحقق بإذن الله.

والله ثم تقدم أسرنا وأبنائنا من وراء الجهد والقصد، وهو الكامل المعين. . والسلام.

محمد زياد حمدان

الفيحاء 29 \ 5 \ 2004

عنف الأسرة والأبناء

فهرس عام

الوحدة الأولى: عنف الأسرة نحو الأبناء

[1] العنف وأثره السلبي على دماغ الطفل 10

[2] العقاب الأسري للأبناء 19

[3] إساءة الأسرة للأبناء 31

[4] غضب أعضاء الأسرة من الأبناء 46

الوحدة الثانية: عنف الأبناء نحو الأسرة وأنفسهم

[5] العنف السلوكي للأبناء 59

[6] رغبة الأبناء أحياناً في الانتحار 75

[7] أذى الأبناء أنفسهم 85

[8] تحديات الأبناء للأسرة والأقران 91

[9] العراك والعض من الأبناء 98

[10] الأبناء والأسلحة والأدوات الحادة القاتلة 105

المراجع 111

الوحدة الأولى

عنف الأسرة نحو الأبناء

[1] العنف وأثره السلبي على دماغ الطفل

[2] العقاب الأسري للأبناء

[3] إساءة الأسرة للأبناء

[4] غضب أعضاء الأسرة من الأبناء

[1]

العنف وأثره السلبي على دماغ الطفل

العنف ضد الأبناء هو أحد المشكلات المستعصية التي تعاني منها الأسرة العربية والأجنبية بحد سواء. ولا يقتصر هذا العنف على الخلافات والنزاعات وردود الفعل السلبية بين أسرة وأخرى حيث تنعكس مشاهده وآثاره مباشرة أو غير مباشرة على الأبناء، بل يتعداه لنوع أخطر وأكثر هدماً لشخصياتهم ونموهم.. وهو العنف الداخلي للأسرة.. أي عنف الأب أو الأم مع الأبناء.

لقد َحقزت الممارسة المفرطة لاستخدام العنف في الحياة الأسرية اليومية، أحد المختصين الأمريكيين لوصف المشكلة بجملة مفيدة " إننا نستحم بمشاهد العنف... وإن الأسرة هي أكثر مكان حدوثاً للعنف في الولايات المتحدة ". إن التضييق على الأبناء والتحكم في حركاتهم اليومية والقسر والإجبار والتحقير.. وَحقنهم بمعلومات خاطئة، وتعريضهم للعنف الجسدي هي

جميعاً مظاهر سلوكية صارخة لعنف الأسرة الأمريكية ضد الأبناء.

أما العنف في الأسرة العربية، فلا يخرج عن نطاق ما يجري في البيئات الأخرى، إن لم يكن يزيد عنها أحياناً، وخاصة في مجال استعمال العنف المادي الجسدي.

أنواع ومصادر العنف الأسري نحو الأبناء

بينما يُلاحَظ العنف الموجه ضد الأبناء في عدة أنواع أبرزها اثنين: **العنف المادي الجسدي، ثم العنف الانفعالي** بالتحقير والقسر أوالإجبار السلوكي أوالتصغير أوالحط من القيمة والتهديد بالحرمان والهجر، فإن مصادر هذا العنف تبدو في:

1ـ العنف الأسري، وهو الأشد خطرا على تطور دماغ وشخصية الطفل.

يضم هذا المصدر بالإضافة لعنف الوالدين، العنف الذي يمارسه الأخوة ضد بعضهم عند الخلافات فيما بينهم. تفيد إحصائيات متخصصة أمريكية في هذا الإطار إن ما يزيد عن (29) مليون من الأخوة يمارسون العنف ضد أخوتهم الآخرين كل سنة.

2- عنف وسائل الإعلام. إن الإعلام بما يتوفر له حاليا من تقنيات اتصالات ومؤسسات متنوعة وفضائيات وألعاب إلكترونية ومواقع انترنيت.. يعرض الأبناء لمشاهد العنف طيلة أربع وعشرين ساعة في اليوم. فالأطفال في البيئة الأمريكية يشاهدون التلفازبالمعدل مدة ثلاث ساعات باليوم. وإن مجموع ما يراه الشاب اليافع (المراهق) من مشاهد العنف مع عمر ثماني عشرة سنة قد بلغ (200000) مائتي ألف مشهداً .. الأمر الذي دفع الأبناء للشعور بالرعب (الخوف الجامح) عند التعامل مع العالم خارج الأسرة،، حيث يبدو أكثر خطورة وتهديداً لأنفسهم مما يظهر للعيان، خاصة عند اجتماع عنف الأسرة مع عنف البيئة الخارجية.

3- عنف المدرسة والبيئة المحلية المفتوحة. يوازي العنف في نوعه وصيغه ودرجته بالمدرسة والبيئة الاجتماعية الواسعة، ما يخبره الأبناء في الأسرة ومن وسائل الإعلام. تقدّر الإحصائيات في هذا الإطار أن 19% من مجموع الجرائم في الولايات المتحدة يرتكبه الأبناء الشباب الجانحون في الولايات المتحدة الأمريكية...

أما في المدارس والبيئات العربية المحلية، فيبدو العنف لحسن الحظ بعيداً حتى الآن من كونه ظاهرة عامة... مع أنه يشكل مصدر قلق واضح لدى الأسرة.

أثر العنف ومخاوفه على بناء وعمل دماغ الطفل

إن استمرار تعرض الأبناء للعنف في كل مكان حيوي يعيشون أو يعملون ويدرسون فيه، يؤدي إلى شحن أدمغتهم بالمخاوف من عواقبه،، والتكيف المتواصل بالنتيجة لتجنب حوادثه وعواقبه عليهم. إن هذا الحذر والخوف والتجنب للعنف، يُجبر الدماغ لدى كل منهم على تطوير تغيّرات في بنية وعمل هذا الدماغ إدراكياً وانفعالياً وسلوكياً واجتماعياً...

يعني أن السيالات العصبية الخاصة بالإدراك وذاكرة الطفل فيسولوجياً.. تبدو حذرة متيقظة على مدار الساعة لاستقبال تهديدات العنف والرّد عليها بأساليب ووسائل الدفاع المتاحة للطفل، دون انتباه يذكر في الواقـــــع لمسؤوليات هامة أخرى لنموه الشخصي مثل الدراسة والتعلم والتحصيل.

وإن تكرار عمل السيالات الإدراكية العصبية لتجنب العنف ومخاوفه وللاستجابات الفعّالة لاتقاء مخاطره، تؤدي بالدماغ إلى تطوير وظائف وقدرات تجسد

خبرات العنف المتكررة بالطفولة.. تماما كما يحدث عندما تشجيع وممارسة الطفل لمعرفة أوخبرة أومهارة محددة لدرجة يبرع فيها.. إن ما يحدث في مثل هذه المواقف الإدراكية هو تطوير الدماغ لسيالات عصبية مكثفة وقوية ونشطة في الذاكرة مستعدة دائماً للعمل عند أول منبه بيئي يثيرها...

وما يطرأ على بنية وعمل الدماغ بالعنف ومخاوفه لدى الطفل،، هو أن قدرة النبض الدماغي التي تصل القشرة المخية العليا المختصة بالنشاط العصبي الواعي الذي يُنظم الأنشطة العصبية المثيرة المتسارعة من أجزاء الدماغ الدنيا (الدماغ الأوسط والعصبة الدماغية).. تتشوش رسائلها وتضعف... الأمر الذي يزيد من قوة الإثارات العصبية للدماغ الأوسط والعصبة الدماغية على حساب قريناتها التنظيمية الواعية بالقشرة المخية.

يؤدي هذا الوضع العصبي المقلوب إلى زيادة عدوان الطفل وتهوّراته السلوكية، ثم رفع قدرته ليكـــون عنيفاً أكثـــر. ومع تكرار مواقف وحوادث وتهديدات العنف ورعب الطفل من مخاوفه، تترّسخ وتقوى السيالات العصبية الاضطرابية الجديدة بحيث

تصبح سائدة في ذاكرة الطفل، ونشطه أكثر من غيرها للعمل والتفاعل مع الواقع.. نظراً لكون حواس وانتباه هذا الطفل هي مشغولة باستمرار لاستقبال أخطار العنف والقيام بالردود السلوكية الفورية للهرب منها أو مواجهتها.

وإذا استمر دماغ الطفل في عماه العصبي المطلوب: النشاط الزائد للمنبهات والسيالات العصبية الخارجة من الدماغ الأدنى (الدماغ الأوسط والعصبة الدماغية) في غياب أو على حساب مناطق القشرة المخية، فإن الوظائف العصبية الواعية للقشرة المخية، تضعف وتفقد قدراتها على تنظيم الأنشطة الانعكاسية المندفعة للدماغ الأدنى... فتطغى الأنا بردود فعلها السلوكية وإندفاعاتها غير الناضجة الفطرية أوالبدائية،، والاستعداد المتواصل للعنف على حساب الأنا العليا والأنا الوسطى اللتين يقعان ضمن وظائف وقدرات القشرة المخية الواعية.

تعمل هذه التطورات في أدوار السيالات العصبية المتبادلة بين أجزاء الدماغ العليا (القشرة المخية) والدنيا (الدماغ الأوسط والعصبية الدماغية).. على تغيير آليات عمل وبنية الدماغ وخلاياه العصبية من حيث :

طبيعة الأنزيمات والناقلات العصبية، ثم تشوش أو ضعف السيالات الكيموحيوية العابرة للخلايا الدماغية والتركيبة العصبية لهذه الخلايا، وهجرة جذورها المرسلة (الاكسونات) للاستقرار والنمو والتخصص في مواقع بالدماغ دون أخرى، وتكثيف تفرعات وامتداد موصلاتها ومستقبلاتها العصبية- الشعيرات الهيولية المستقبلة بما يتفق مع طبيعة منبهات العنف والخوف المندفعة من البيئة عبر الدماغ الأوسط والعصبية الدماغية.

ومع اعتياد الدماغ على هذه التغييرات في بنية وآليات عمل الخلايا العصبية على الترددات العصبية العنيفة الخائفة المتبادلة بين أجزائه العليا والدنيا... تستقر هذه التغييرات في محتوى الذاكرتين: طويلة وقصيرة المدى، لتصبح بذلك أدوات التفكير والاستجابة السلوكية والتعامل مع منبهات البيئة بوجه عام.

ويلاحظ على الطفل بالتغييرات العصبية أعلاه ، انفصاله عن الواقع والتركيز باستمرار على الانتباه لمثيرات ذاتية في إدراكه وجسمه.. موجهة لتوقع العنف البيئي في أي لحظة، والاستجابة له بردود فعل دماغية

مناسبة للموقف مثل الهرب أو المواجهة Fight or Flight Responses.

إن الطفل هنا يبدو منشغلاً طيلة الوقت بأحلام اليقظة، والتخيل والتجنب والتشوّش النفسي وتصغير الذات. وعند التدريس والتعلم، لا يعي مثل هذا الطفل الرسائل التعليمية الجارية بالرغم من هدوئه وتركيزه ونظره ظاهرياً إلى المعلم، بسبب إنقاطعه عن الواقع كما نوهنا أو بسبب التنبيه المفرط لتجنب أخطار العنف المتوقعة من الآخرين حوله... والنتيجة معاناة الطفل من إعاقة للتعلم.

*****

[2]

العقاب الأسري للأبناء

العنف والغضب والضرب وأساليب ووسائل العقاب الأخرى التي تمارسها الأسرة (الأب والأم) مع الأبناء، ليس لها ما يبررها غالباً، مهما كان الغرض منها للتربية أو التعليم أو التوجيه والإرشاد أو التصحيح.

وتلجأ الأسرة إلى عقاب الأبناء حساباً على ارتكابهم أخطاء أو مخالفات سلوكية داخل أو خارج البيئة الأسرية،، متبنية خلال ذلك وسائل وأساليب تبدو بعدة مواصفات:

أولا– التطرّف سلباً من حيث النوع والكيف والدرجة بأكثر في الغالب ما يستدعي الخطأ أو التجاوز السلوكي للأبناء.

ثانياً– الغضب والصراخ ورد الفعل الأسري الجامح تجاه أبناء يفتقدون الوعي والعقلانية أو التحكم الفكري بآليات العقاب.

ثالثاً – العقاب من أجل العقاب بدون تذكير الأبناء بأخطائهم، وتعليمهم بدائل سلوكية يتطـــــــورون بها للأفضل.. ثم التوجيه والإرشاد والمتابعة في تحصيل وممارسة هذه البدائل لتركيزهـــــا إدراكياً وعاطفياً وسلوكياً لديهم،، وتحويلها لعادات يومية في التصرف والتعامـــــــل مـــــــــــع الآخرين.

وبينما ندعوالأسرة إلى التخلي عن العقاب: اللفظي أوالاجتماعي بالعزل والحرمان، أوالجسدي بالضرب.. لكون العقاب:

- لا يعلم شيئاً حميداً في الغالب،
- ولا يقضي على أخطاء الأبناء،، بل يضغطها ويُخفيها مؤقتاً لديهم.. للظهور في أقرب فرصة أخرى يتلاشى معها العقاب، ثم
- تحويل تركيزهم الادراكي على تجنب العقاب دون الخطأ والسلوك الخاطئ.. مؤدياً ذلك لارتكابهم أخطاء سلوكية إضافية أخرى،

فإن اعتماد الأسرة بدل العقاب، للتربية والتدريب والشرح العلمي والتفاهم مع الأبناء وتفهمهم بالاهتمام

والمناقشة والإقناع، هي أنجح سلوكياً لتصحيح الأبناء وتنمية شخصياتهم المدنية السوية.

وتنصح الأسرة على أي حال عند استعمال العقاب في التعامل مع الأبناء.. بالمبادئ والإجراءات التالية.

مبررات عدم ضرب الأبناء عند العقاب

إن الضرب يؤدي لمزيد من العناد والشعور بالغبن أوالظلم والبعد النفسي لدى الأبناء.. وفي النهاية لتعارضهم النفس اجتماعي مع الأسرة والاجتماعات المدينة الأخرى عي الحي والمدرسة والمجتمع. وبهذا، ينصح الوالدان بعدم استعمال الضرب مع الأبناء للمبررات التالية:

1-إن الضرب لا يوجه، بل يعلم الأبناء لدرجة كبيرة أن يضربوا الآخرين في المستقبل.

2-إن الضرب هو في الغالب علاج ظاهري شخصي لسوء تصرف من الأبناء في التعبير عن حاجة فعلية يعيشونها،، هي الحصول على الانتباه أوالرعاية الكافيين من الوالدين لتحقيق التوافق النفس اجتماعي الذي يحتاجونه، للبقاء والتقدم في الأسرة... الأمر الذي ينفي تلقائيا وتربوياً إنسانيا

المبرر لاستعمال الضرب مع الأبناء عند خطأهم السلوكي.

3-إن الضرب يشوش انتباه وتركيز الأبناء على الحل المطلوب للتغلب على تعارضاتهم النفس اجتماعية(السلوكية) مع الأسرة.. إنه يعّطل إدراكهم عن وعي الحلول الفعالة لمشاكل سلوكهم الاجتماعي.

4-إن الضرب – عند تكراره – يقف عائقاً نفسياً للتفاعل الإنساني مع الوالدين... إنه يُحدث شعوراً بالجفاء والغيظ بين الأبناء والوالدين.

5ـ إن الضرب يشير إلى عجز الوالدين شخصياً وتربوياً للقيام بواجباتهما بغير الضرب.

6-إن الضرب قد يحفز الأبناء على تخزين غيظهم ونقمهم، لتفجيره مستقبلا في انحرافات سلوكية يتعدى خطرها الأسرة إلى الناس في المجتمع الواسع.

7-إن الضرب قد يعلم الأبناء بأن استعمال القوة والعنف مع الآخرين الأصغر سناً أوخبرة أومعرفة هو أمر مقبول في المجتمع عموماً... الأمر الذي يحفز الأبناء على تبني الضرب بدون شعور منهم بالتردد أو الذنب.

8- إن الضرب يربي لدى الأبناء عادة استعماله مستقبلا في التعبير عن الغضب أو/و حل مشاكلهم مع البيئة.

تفريغ الغضب بطرق إيجابية لدى الأسرة والأبناء

كلٍ إنسان يشعر أحياناً بالغضب من نفسه وأحياناً أخرى من الآخرين.. إن هذا الشعور يحدث في الأحوال العادية ويذهب دون أذى كبير للنفس أو البيئة.. ولتخفيف آثار الأذى الذي قد يحدثه الغضب، تقدم المبادئ الإجرائية التالية:

1- أعرف أكثر نفسك والإنسان الآخر الذي تشعر بالغضب منه أعرف نفسك والداً وإنساناً.. وأعرف أبناءك وحاجاتهم.. بمزيد من المعرفة يزول الجهل وتتبين بدلائل أكثر إيجابية عن العنف للتعامل مع مشاعر وردود فعل الغضب.

2- حاول الاختيار لنفسك كوالد ولأبنائك من بدائل إيجابية اجتماعية وسلوكية أخرى عند الشعور بالغضب . إعمل شيئًا آخر... أخرج من بيئة الغضب ولو للمشي بعيدا لساعة أو أكثر... اذهب إلى مركز عام للتسوق،، وتأمل في الأشياء والمعروضات والناس العاديين في البيئات العادية..تحدث مع صديق وفيّ عن غضبك..

أواستمع لأبنائك باهتمام وهم يتحدثون عن غضبهم.

3-اعترف بوجود الغضب ومظاهره لديك أو لدى أبنائك... لا تنكره على نفسك أوعلى أبنائك.. إن الغضب في كل الأحوال العادية (غير المدمرة) ليس عيبا أوخطأ.. إنه تعبير عن حالة عدم رضا عن ظروف بيئية يعيشها الفرد بغير ما يتوقع من أسلوب أونتائج.

4-شارك خبراتك الماضية التي كنت غاضبا فيها ذات الشبه بما يجري لدى أبنائك.. وهوّن عليهم قليلاً دون اللوم أوسحب الحق منهم (عدم وجود الأسباب مثلاً أوتفاهتها أوبساطتها أحياناً)، بأن يغضبوا إن دعت الحاجة الظرفية لذلك.

5-وضح أو اشرح عمليا الأنباء أو الإنسان الآخر، للبدائل التي يمكن إعتمادها لتفريغ الغضب أوللتخفيف من مشاعره.

6-تجنب الدخول في مناقشات أو حوارات جادة مع أبنائك أو الآخرين عند غضبك أوغضبهم.غيرَ فوراً(كلما استطعت) بيئة الغضب بخروجها عنك أو بخروجك منها.

7- تعلم أو علم الأبناء إدارة الغضب بالاسترخاء، وأخذِ تنفس عميق، والعدَ إلى رقم 10... والتفكير دائماً قبل الكلام أو العمل.

8- وفر أكبر قدر ممكن من الوقت لك مع الأبناء للحديث عن الغضب وتبادل مشاعر الغضب وتعاطف الواحد منكم مع الآخر عند الغضب... وضم أحدكما للآخر بالحضن وربما البكاء على كتفه إن شعر بذلك... إن الإنسان السوي.. كما يغضب ويفرح، يبكي أحياناً بسبب الغضب أو الفرح، فلا عيب في هذا.. ابكوا كثيراً حتى آخر قطرة كلما شعرتم بالحاجة لذلك... وإذا كانت البيئة من حولكم سخيفة أو جاهلة أو لا تقدر... انزووا جانباً في غرفة أو مكتب وأغلقوا عليكم الباب وابكوا الغضب ومشاعره حتى جفافها.

بدائل سلمية متاحة للأسرة عوضاً عن عقاب الأبناء

إن العقاب في عمومه لا يعلَم شيئاً ذا قيمة... إنه في أفضل الأحوال يخفي سلوك الانحراف ويعلم الأبناء عادات العقاب ووسائله وسهولة تبينه عند الرشد.مـــــن البدائـــــل لتجنب العقـــــاب ما يلي:

1- توفير أنشطة جاذبة لاهتمام الأبناء أملاً في تجنيبهم الرغبة والوقت للانحراف السلوكي.

2- توفير المعلومات ومبررات البدائل الإيجابية لسلوك الانحراف لمساعدتهم في تجنبه مستقبلا.

3- قبول مشاعر الأبناء والاستماع باهتمام إليهم عند الحديث عنها مهما كانت أخطاؤهم السلوكية.

4- تغيير البيئة المشجعة للانحراف السلوكي.

5- إيجاد بدائل سلوكية لحلها مع الأبناء في حال تعذر السلوك الذي يقومون به أو يتوقعون القيام به.

6- استعمال التدرج العملي أو التطبيق في الإرشاد والتوجيه والتعلم السلوكي، دون الاكتفاء باللفظ والكلام الشفوي في ذلك.

7- توفير بدائل زمنية (غير متباعدة غالبا) لتنفيذ السلوك المطلوب.. مثل هل ترغب في ترتيب سريرك قبل تناول الإفطار أوبعده؟

8- تقديم بعض التنازلات للأبناء في الأمور أو المواقف البسيطة أوغير الهامة، دون الأخرى التي تتطلب مهارات وسلوكيات ومبادئ أساسية للاجتماعات المدنية لا حقاً.

9- توفير وقت كافي للأبناء للتحضير للسلوك المطلوب مع القيام ببروفات لذلك كلما تطلب الموقف الاجتماعي لمثل هذا الأمر.

10- خبرة الأبناء للنتائج السلبية لسلوكهم، لتطوير وعيهم بخطورة أوخطأ ما قاموا به ومساعدتهم في اتخاذ قرارات لتجنبها بأنفسهم.

11- إظهار مشاعر عدم الرضا لما يقوم به الأبناء ولكن بهدوء وعدم تعنيف مباشر لهم.

12- استعمال الحزم عند خطورة ما يقوم به الأبناء أنفسهم.

13- التصرف بحنان مع الأبناء عند مواقفهم وخبراتهم الصعبة كالقلق أو العدوان. إن ضمهم أو أخذهم بالحضن والتربيت على ظهورهم، يساعد في تفريغ شحنات الغضب أوالحزن أوالحيرة في أنفسهم.

التوجيه الأسري لأخطاء الأبناء بدون العقاب

تنتج أخطاء الأبناء في الغالب وهم بعمر الأطفال والشباب اليافع " المراهقة " عن عدم معرفتهم جزئياً أوكليا لنوع السلوك المناسب للموقف الذي يكونون فيه.. ولا بطبيعة النتائج التي تفرزها عليهم شخصياً أوعلى أسرهم. ومن

هنا، نحث الأسرة على استبدال العقاب كوسيلة عنيفة حيناً أو خاطئة أحياناً للتصحيح، بالتربية السلوكية لتصرفاتهم ومهارات وميول تعاملهم من حيث:

1- التركيز على السلوكيات التي تحتاج فعليا إلى تعديل أو تغيير، دون العقاب لمجرد العقاب وتفريغ الغضب بدون مبرر أوجدوى للأبناء.

2- تحديد السلوكيات الإيجابية البديلة التي يجب تطويرها لدى الأبناء عند التغلب على مشكلتهم السلوكية.. مع العمل بعدئذ على تعليمها لهم بشعور من الحب والاهتمام والتقدير لحاجاتهم ورغباتهم وقدراتهم.

3- توفير فرص عملية وواقعية للأبناء لممارسة وتطبيق السلوكيات والمهارات السلوكية الجديدة، مع المتابعة والتوجيه والتنقيح كلم لزم.

4- التعامل مع مشاكل المهارات والسلوكيات الاجتماعية للأبناء على أنها أخطاء في التعلم وليس كمحرمات أوفواحش يتوجب سحقهم بالعقاب نتيجتها.

5- تعليم وتعويد الأبناء على صناعة القرار وتحمل المسؤولية خلال عمليات التصحيح والتربية السلوكية لأخطائهم.

6-التركيز على تطوير المهارات العملية للأبناء، ذات التطبيقات العامة أو المتكررة في الحياة اليومية: الأسرية والمدرسية والاجتماعية،، وتحويلها لديهم إلى عادات سلوكية في شخصياتهم يتصرفون بها تلقائياً في مواقفهم.. مع ترك الأسرة للتفاصيل المعرفية والخلقية والحركية – الاجتماعية للأبناء لتقريرها والاختيار منها حسب حاجاتهم وفردياتهم الشخصية.

تربية وتصحيح سلوك الأبناء بدون عقاب

نقدم هنا لتوجيه العقاب الأسري للأبناء، طريقة تربوية مبسطة بديلة لتصحيح أخطائهم بدون العقاب، تتكون من الخطوات العامة التالية:

1- اختيار وتحديد طبيعة السلوك الذي يمثل مشكلة للأبناء.

2ـ فحص بيئة سلوك الانحراف لتحديد العوامل أو المنبهات التي قد تكون سبب هذا السلوك.

3–تحديد مسبقات السلوك (أوالعوامل السابقة للسلوك) التي سادت البيئة أوالموقف السلوكي مثل حدوث خلافات للأبناء مع أقران في الفصل.

4- تخصيص اسم السلوك الذي سيتم تصحيحه مثل تسرّب الأبناء يومياً من المدرسة.

5- تحديد نتائج السلوك المطلوب تصحيحه مثل الرسوب المدرسي أو ارتكاب مزيد من المخالفات السلوكية خارج المدرسة (خلال وقت التسرب).

6- تصميم خطة التغيير السلوكي المطلوب بما فيها الحوافز والمعززات المناسبة وعمليات التدريب على البديل السلوكي الجديد.

7- تقييم كفاية تحصيل الأبناء السلوك الجديد وتركيزه لديهم أكثر كلما دعت الحاجة لذلك.

*****

[3]
إساءة الأسرة للأبناء

الإساءة للأبناء Children Abuse أو إيقاع الأذى بهم جسدياً أوجنسياً وخاصة في الغرب والولايات المتحدة الأمريكية، أوعاطفياً انفعالياً بالإهمال والنبذ والنكران كما في البيئات العالمية عموما، معروفة تناقشها وسـائل الإعـلام، وتحاول حلهـا أوترميم آثارها النفسية والاجتماعية المحاكم القضائية ومراكز العلاج والإرشاد النفسي والأسري...

أما في البلدان النامية فقضية أذى الأسرة للأطفال بالرغم من الحديث المتفرق عنها أحياناً، إلا أنه يجري التغطية عليها رسمياً في وسائل الإعلام عموماً تجنباً للإثارة الجماهيرية ومحافظة على الاستقرار الاجتماعي، ثم شعبياً في المجتمعات المحلية لمراعاة التقاليد وعدم الإخلال أوالتشكيك بالقيم الثقافية السائدة... تماماً كما يجري في تغطية أو" تسكيت " أوإخراس الأصوات التي تحاول مناقشة وعلاج قضايا المرآة، والظلم الاجتماعي، والفساد الاقتصادي أوالسياسي أوغيرها من معيقات التقدم الإنساني –

الحضاري الذي تتضوّر إلى تحصيله البلدان النامية بوجه عام.

والإساءة التي توقعها الأسرة في الأبناء (أطفالاً ومراهقين) تأتي من الأب أوالأم أحياناً أومن أحد الأقرباء المترددين على البيئة الأسرية، حيث يرتكب حماقة الإساءة والانحراف في غفلة الأسرة وإهمالها أوثقتها العمياء بالآخرين للدخول والخروج على غاربهم.

وفي هذا السياق تحدثت إلي إحدى الطالبات الجامعيات من أحد المجتمعات العربية في بداية الجلسات العيادية لمشكلة التأتأة التي تعاني منها، أن أحد الأقارب الذي اعتاد على زيارة الأسرة قد قام بالاعتداء الجنسي عليها وهي في الصف الرابع الابتدائي. ولم تستطع البوح بالأمر خوفاً من العقاب والتقاليد...حيث من ذلك الحين تعاني من الخجل والعزلة النفسية والخوف والارتباك من الكلام أمام الناس. ومما زاد من حالتها سوءً هوتعرض الأسرة لهزات عنيفة في بنيتها الاجتماعية ولنزاعات أدت الى انفصال الأب والأم وانكسار الاسرة بخروج الأب وزواجه من أخرى؟!

وخطورة الإساءة الأسرية لا تكمن في الكسور والجروح والتشوهات الجسدية التي تحدثها والتي يمكن علاجها بالتطبيب والجراحات التجميلية وإخفاء بعضها تحت شكل أونوع من اللباس، بل في الآثار النفسية التي تنجم عنها لدى الأبناء. وبينما يتم شفاء بعضها أحياناً إلا أن البعض الآخر يستعصي في أحيان كثيرة أخرى على مراكز وعيادات الطب النفسي لشفاء جروحها الشخصية العميقة.

وفي العادة، تظهر مضاعفات الإساءة الأسرية لا حقاً عند المراهقة والرشد بعدئذ على شكل انحرافات مدمرة باعتداء الأب أوالأم على الأبناء أوالاعتداء وإلحاق الأذى بالآخرين في المحيط الحياتي أوالعملي لهما... وفي معاناتهما من مشاكل اضطرابية مثل الاكتئاب والقلق وتدهور حالتهما الجسمية والتسرب أوالرسوب المدرسي واللجوء إلى المخدرات والكحول... وتجنب الاقتراب الحميمي من الآخرين وبناء علاقات حميمة معهم عند المراهقة أوالرشد في المستقبل. أي أن الإساءة الأسرية تؤدي عند شدتها أوتطرفها إلى تدمير شخصيات الأبناء إنسانياً ونفسياً واجتماعياً...

وبهذا ندعوالأسرة إلى ممارسة عناية فائقة في التعامل مع الأبناء وعقابهم المبررحيناً أوالانفعالي الغاضب أوغير العاقل أحياناً عديدة أخرى.. وتجنّب الانحراف بالمحافظة على دورها من حامية وراعية للأبناء بدل كونها مصدر تهديد نفسي وجسمي لهم أوالاعتداء على آدميتهم الغضّة.

كما نؤكد هنا على أهمية التدخل الفوري من أي عضوفي الأسرة يلاحظ سلوكاً مريباً على عضوآخر، أوحديثاً منحرفاً غير عادي أوميولاً غير سوية: غير والدية أوغير أخوية، أوغير محترمة من أحد الأقارب أوالمعارف، ودعوة من يوثق بهم من أعضاء الأســـرة الآخريـــــن أوالأقارب المعروفين بحكمتهم ومنزلتهم، أوفي مواقف محرجة أخرى اللجوء الى جهات قضائية أوجنائية للتدخل الفوري والتصحيح والإرشاد والتوجيه قبل وقوع المحظور.

أنواع ومظاهر إساءة الأسرة للأبناء

تتعّدد (للأسف) أنواع الإساءة التي قد تلحقها الأسرة بالأبناء (وخاصة الأطفال الصغار منهم). تبدوعينات منها مع انعكاساتها السلوكية أوالمحسوسة على الأبناء بالتالي:

أ- الإساءة الجسمية. ايقاع الأسرة بهذه الإساءة أذى جسمياً بالأبناء، يظهر بالمؤشرات التالية:

1- الكدمات والندبات والرضوض الجسمية على الجسم أوالعينين والوجه نتيجة الضرب باليدين أوالذراعين أوسلك أوحبل أوسلسلة حديدية أوعصا أوعلاقة ملابس أوحزام أواي شيء آخر ممكن في المنزل.

2- الإصابة الداخلية للأعضاء كما يحدث عند الضرب على الرأس أوالوجه أوالبطن مؤدياً ذلك إلى نزيف دموي داخلي لا تكتشف خطورته إلا بعد ظهور أعراض مرضية خطيرة في الدماغ أوالعينين أوالمعدة أوتدهور الصحة العامة بوجه عام.

3- كسور العظام في الذراعين أو الأرجل أو الجمجمة أو العمود الفقري حيث يمكن إصابة الابن أو الابنة بإعاقة دائمة أو كلية.

4- الحروق نتيجة استخدام وسائل مثل: السجائر وولاعات السجائر وطباخ الغاز أوالمدفأة (خلال الشتاء).

5- **التمزق والبروح نتيجة استعمال السكاكين** أوالأمواس أوشفرات الحلاقة أوالإبر والمسلات وغيرها من الأدوات الحارة.

ب - **الإساءة الجنسية** : مثل،

1- اللمس غير المناسب لمواطن محدّدة في الجسم.

2- الوله أوالغرام غير الأسري (غير السوي).

3- الاغتصاب.

4- الاستغلال في أعمال الدعارة والإنحراف الجنسي.

5- الاستغلال في صور العري والتصوير الفاضح.

6- الإجبار على عمل ممارسة الجنس مع جهة محددّة أوالمساعدة في إنجاز سلوك جنسي.

ج - **الإساءة العاطفية الانفعالية، النفسية** : مثل،

1- الاستهزاء والسخرية من الابن أوالابنة.

2- التصغير أوالتحقير لهما.

د - **الإهمال**: مثل،

1- **الإهمال الجسدي** برفض توفير الغذاء أوالسكن أوالمال أواللباس أوالعلاج والدواء المناسب لحاجات الابن أوالابنة، خاصة عند قدرة الأسرة على ذلك.

2- **الإهمال العاطفي الانفعالي** بحرمان الابن أوالابنة من الحنان والمودة والعناية والعطف والاهتمام كلياً أوجزئياً، أوتعريضهم لخبرات العنف بمصادمات أوشتائم أعضاء الأسرة أحدهم للآخر.

3- **الإهمال التربوي** بحرمان الابن أوالابنة من المعارف والخبرات والمهارات التي يحتاجانهما للنموالشخصي وذلك لانشغال الأسرة الزائد في أعمالها الرسمية، أوفي أنشطتها ومشاغلها الجانبية للترفيه وتمرير الوقت، أولضغوط العادات والتقاليد التي تفرض على الأسرة زيارات وواجبات لا طائلة لها أحياناً.

أسباب مباشرة لمشكلة الإساءة للأبناء

أن أبرز الأسباب وراء إساءة الأسرة للأبناء اثنان هما **الجهل بحاجات نمو الأبناء** الجسمي والادراكي والعاطفي وما يلزم هذه المجالات من معارف وخبرات وغذاء ورعاية مادية وتعزيز أورعاية عاطفية..مما ينجم عن ذلك الإساءة الأكثر حدوثاً في الأسرة وهي الإهمال .

الضغوط النفسية الشديدة التي قد تواجهها الأسرة نتيجة الظروف الاجتماعية أوالاقتصادية أوالأمنية أوالصحية... الأمر الذي يفقدها صواب قراراتها

واختياراتها اليومية، مؤدياً كل ذلك إلى عجز الأسرة عن دعم نفسها وتوجهاتها ووقوعها بالتالي في انحرافات الإساءة للأبناء بالإهمال أوإلحاق الأذى بهم.

مؤشرات سلوكية تحذيرية لإساءة الأسرة الى الأبناء

يمكن التعرف على معاناة الأبناء من إساءات أسرية لجسمهم أوأنفسهم، بملاحظة الأعراض الاضطرابية التالية في سلوكهم وشخصياتهم عموماً .

1- فقر مفهوم الذات أوعدم ثقة الابن أوالابنة بأنفسيهما.

2- الإغراء أو التظاهر بسلوكيات أو جاذبية جنسية معينة.

3- عجز القدرة عن الثقة بالآخرين.

4- عجز الرغبة عن ود أو محبة الآخرين.

5- اللجوء لسلوكيات العدوان، ومقاطعة الآخرين أوالروتين الأسري أوالنشاط الصفي بالمدرسة.

6- سرعة الغضب والعصبية والشعور بالغيظ.

7- الإذعان والانسحاب من البيئة والفعاليات الأسرية والمدرسية.

8- الخوف من بدء علاقات جديدة مع الأقران أوالقيام بنشاط معهم.

9- القلق والخوف باستمرار.
10- مواجهة المشاكل والفشل المدرسي.
11- الشعور بالحزن والاكتئاب والخمول العام.
12- توارد مشاعر وصور ومواقف الإساءة الأسرية باستمرار.
13- المعاناة المتواصلة من الأحلام المزعجة.
14- اللجوء إلى الكحول والمخدرات.
15- الخروج عن القانون والسلوك النظامي العام أحياناً.
16- العرض لحوادث والإصابة بجروح غريبة او يصعب فهمها.
17- اللباس الغريب مقارنة بالوقف او الفصل من السنة.
18- التأخر أو الغياب المتكرر عن المدرسة.
19- الحضور مبكراً الى المنسبة خارج المنزل والتباطؤ او التردد في العودة إليه.
20- الخوف الزائد من الكبار او الأطفال الآخرين.
21- الخجل الزائد والإذعان والإنسحاب من الموقف.
22- صعوبة الذهاب الى الحمام.
23- التعب المتوصل ونحول الجسم وفقر التغذية.

التوجيه الأسري للتغلب على نتائج إساءتها إلى الأبناء

لقد أكدنا أنفاً على ضرورة قيام الأسرة بواجباتها الفطرية الأساسية بحماية الأبناء من الأخطار الداخلية في بيئتها المباشرة والخارجية التي قد يواجهونها في المواقف المدرسية والاجتماعية المتنوعة.

وإذا كان هناك أدنى شك لدى الأب أو الأم بعجزهما عن أداء هذه الواجبات الشرعية والإنسانية معاً، فننصح استشارتهما لجهات إرشادية ونفسية واجتماعية مختصة لعلاج ما يلزم قبل البدء بالإنجاب والتربية والمسؤولية على الأطفال..

أو ننصح في أحوال متطرفة ثانية بالتخلي عن فكرة الإنجاب من أساسها تجنباً للمخاطر النفسية والجسدية والاجتماعية والقانونية التي قد تنجم عند الانحراف في التعامل مع الأبناء والإساءة إليهم لتصرف مجحف محدد. أوفي حالة ثالثة، ننصح الأسرة إلى تحويل الأبناء إلى الأجداد أوالجدات أوجمعية خيرية مختصة أومراكز للأحداث للعناية بهم ووقاية لهم من إمكانية تعرضهم للإساءة من أحد أعضاء الأسرة.

أما الخطوة العلاجية الثانية التي يمكن للأسرة اتباعها عند وقوع الإساءة على أحد أعضائها من الأبناء هي الرجوع إلى جهة مختصة: مرشد أسري أوطبيب نفسي مؤهلين لدراسة وتصحيح الحالة التي يعاني منها الابن أوالابنة. ويجب أن تكون هذه الجهة مستقلة وحيادية ليس لها علاقة مباشرة بالفرد الذي ارتكب الإساءة مع الأبناء... يجب من الأسرة أن تلاحظ مع المرشد الأسري أوالمعالج النفسي خلال عملية التصحيح والشفاء المطلوب، عدة مبادئ منها:

- **أن أعراض الإساءة الأطفال هي متعددة ومتنوعة وخطيرة العواقب**، ويجب عدم الحكم بوجود أحدها لدى الابن أوالابنة بدون برهان أودليل سلوكي موضوعي وواضح.
- **أن مبادئ العلمية والموضوعية والتحليل التشخيصي الجاد** يجب أن تسود في التحقق من أعراض الإساءة الأسرية لدى الأبناء، دون التسرع في تحديدها من زاوية شخصية ضيقة أومحدودة.
- **إن ملاحظة الأسرة لسرعة إطلاق الأحكام من المختص الأسري أوالمعالج النفسي** بدون دراسة متأنية لحالة الابن أوالابنة، يحذرّها بخطورة مثل هاتين الجهتين على

حالة وحياة الابن أوالابنة، ويشجع فوريا على سحبهما وتحويلهما إلى جهة أخرى أكثر قدرة وعلمية على معالجة الحالة.

- **إن الجهات غير المختصة والمفتقرة أكاديميا وخبرة للإرشاد والتوجيه الأسري والعلاج النفسي**، يتوجب تجنبها في التعامل مع حالات الإساءة للأبناء... لأن اعتمادها من اللأسرة يؤدي في الأغلب إلى تفاقم المشكلة واستفحال مضاعفاتها دون حلها المنشود.
- **أن اشتراك الأب والأم في عملية العلاج النفسي** التي يتعرض لها الابن أوالابنة، هي هامة لتفعيل نتائج العلاج لديهما أولمداواة الأب أوالأم من انحراف الإساءة التي تمّ ارتكابها.

مقياس الشفاء من إساءة الآخرين

يتعرض بعض الأفراد (الأبناء والبنات أوغيرهم في الأسرة) للاعتداء على أنفسهم أوأجسامهم من الأسرة نفسها أحياناً، أومن أحد المعارف الغرباء في الخارج. يسبب هذا الاعتداء جروحا نفسية وجسمية عميقة، تبدوعلى شكل اضطرابات شخصية عديدة أوضحنا أمثلة لها في فقرة سابقة. يبين المقياس الحالي مدى شفاء الفرد من الاضطرابات التي سببتها الاساءة

السابقة له. ضع الدرجة الرقمية المناسبة لإحساسك بالتحسنّ في الحالة الاضطرارية التي تعيشها (1= أبداً 2= قليلاً 3= أحياناً 4= غالباً).

... 1- أستطيع التحدث أوالتفكير عن حالة الاعتداء كلما لزم.

... 2- أستطيع التحدث أوالتفكير عن أشياء أخرى غير حالة الاعتداء.

... 3- أنام لدرجة كافية ليلاً دون حاجة للنوم في النهار.

... 4- أشعر جزئياً بدعم من أسرتي.

... 5- أبدو متماسكاً في أقوالي ومواقفي.

... 6-أحافظ على مظهري لائقاً.

... 7- أعمل عادياً مثل الآخرين.

... 8- أحافظ على مواعيدي في أوقاتها.

... 9- أبدو منتجاً لدرجة معقولة.

... 10- أشعر بالاقتناع في عملي.

... 11- أمتلك علاقات اجتماعية خارج الأسرة.

... 12- أمتلك شهية صحية للطعام.

... 13- أشعر بالحنان والعناية بمن حولي من الناس والأشياء.

... 14- أتكيف للمواقف الجديدة.

... 15- أتواصل باستمرار مع الأصدقاء والمحبين.
... 16- أمتلك إحساساً بالمرح والنكتة.
... 17- أهتم بتحقيق أهداف للمستقبل.
... 18- أمارس أنشطة مناسبة في وقت الفراغ.
... 19- أمارس التمارين الرياضية بشكل منتظم.
... 20- أتبنى تدابير وقائية كافية داخل وخارج الأسرة.
... 21- أفضل اختيار العلاقات المعززة دون الحيادية غير المعززة.
... 22- أستطيع الاسترخاء والشعور بالراحة بدون المخدرات والكحول.
... 23- أتسامح جيداً مع النقد البناء من الآخرين.
... 24- أتقبل المديح والتشجيع وأشكر الآخرين على ذلك.
... 25- أتمتع بعلاقات صحيحة حميمة مع الآخرين.
... 26- أمتلك صداقات لمدة طويلة.
... 27- أشعر بالرضا عن علاقاتي مع المقرّبين لدي.
... 28- يفيد المقرّبون أن علاقاتهم معي صحية ومرضية.
... 29- تبدو أحلامي ليلاً عادية غير مزعجة.
... 30- أمتلك قدرة جيدة على الانتباه والتركيز

... 31- أمتلك تنوعاً واسعاً من الانفعالات السارة وغير السارة.

... 32- ينوه الآخرون بأنني أبدو هادئاً غير مشوش.

-----

100 المجموع الكل

ملاحظات أخرى:

عضو الأسرة:

التاريخ:

*****

[4]

غضب أعضاء الأسرة من الأبناء

الغضب Anger بوجه عام هو حالة نفسية انفعالية تنتج لدى الفرد نتيجة إساءة أوإيذاء البيئة إليه (بدون مبرر غالباً من وجهة نظره على الأقل) وتثير فيه الرغبة في سلوك العنف اللفظي والسلوك المادي ضد الجهة المسيئة – المؤذية.

وعندما يحدث الغضب، يفرق بين الأصدقاء ويذهب توازن وحكمة العقل ويؤدي إلى أخطاء فادحة أحياناً في الكلام والميول والسلوك.. ومن ثم للاكتئاب وغمّة النفس.

وللتعامل مع الغضب، يمكن للفرد اختيار واحد عن ثلاث بدائل: الانضباط والتحكم بمشاعر غضبه، أوالتصرف بروية وحكمه حسبما تنص التعاليم الإسلامية أوالتحول إلى وحش كاسر يحطم نفسه ودنياه المحيطة !!

روى عن رسول الله محمد (صلهم) أنه قال أصحابه مرة: ما هوالرجل القـــــوي أوالشجاع؟ قالوا

الفرد الذي يهزم كذا وكذا والذي يصارع في الحرب. فرّد عليهم ليس الشديد بالصرعة، إنما الشديد الذي يملكك نفسه عند الغضب(مختصر صحيح البخاري ج 2 ص 470) وأضاف الغضب كالنار يهدمك من الداخل كما يؤدي بك إلى نار جهنم نتيجة التصرفات الغاضبة.

وفي الغضب، لا يدرك الفرد ما يعمل أو يتصرف، يؤذي نفسه أوالآخرين حوله... ولكن الرسول محمد (صلهم) عندما كان يغضب من تصرف خاطئ أوسلوك كافر.. لم يستعمل يديه أولسانه أبداً ولكن الصحابة يعرفون بغضبه بالنظر إلى وجهه محمراً وجبهته تتلألأ بحبات من العرق.. ثم هدوئه أوصمته المؤقت بينما يحكم نفسه !!

وبعض الأفراد يغضبون بسهولة وبسرعة أكثر من البعض الأخر. إن الطبيعة الوراثية والتنشئة الأسرية تتحكمان لدرجة كبيرة في هذا الأمر. ومع هذا تبقى مصادر الغضب في نوعين: ذاتية داخلية تخص الفرد الغاضب نفسه، ثم خارجية تثير فيه انفعالات الغضب.

فبينما يغضب الفرد أحياناً عند التفكير بأشياء حصل عليها أوأخرى لم يحصل عليها أوسلوكيات قام بها أوأخرى لم يستطعها، أوأهداف وطموحات شخصية

أنجزها وأخرى افتقدها، فإنه يغضب في أحيان أخرى عندما يواجه مقاومة أوإهمال أوتصغير من البيئة: أسرة أوقرانا أومعلمين أوعملا وزملاء عمل، أوتعيق تقدمة أوتحصيله لما يعيشه من حاجات.

أساليب ممارسة الغضب

يتوفر للفرد ثلاثة أساليب يظهر بها غضبه هي: التعبير الحازم والكبت ثم التهدئة. وفي التعبير الحازم عن الغضب، يخبر الفرد الآخرين بصيغة مباشرة عن حاجاته أوالأشياء التي تثير قلقه أوانزعاجه وكيف يمكنهم الاستجابة أوالمساهمة في تحقيقها وذلك بدون أن يسبب أذى أوإساءة إليهم..

واستخدام الحزم أوالتعبير الجاد عن مشاعر وانفعالات الغضب لا يعني أن يكون الفرد لحوحاً أو إملائيا تسرياً بل احترام الذات والآخرين في آن.

وفي غمرة هذا التصرف الحيادي الموضوعي في التعبير عن الغضب، تبدأ النفس الإنسانية في الاستقرار ويتوقف الفرد عن التفكير بالغضب والتركيز عن شيء أوسلوك إيجابي سيتحصل عليه.

أما كبت الغضب، فيوجه الفرد به انفعالاته للبقاء محصورة في الداخل دون إظهارها للآخرين في البيئة.

وهنا، قد يكون الأب أوالأم أوالابن أوالابنة في أقصى غيظهم أومشاعرهم من الغضب ولكن الآخرين حولهم قد يلاحظون ذلك عليهم إلاّ إذا كانوا عن دراية بتغابير وجهه أولفظه أوتصرفه في حالة الغضب كما يحدث الأمر مع الأسرة.. أما الناس الجدد عن الفرد وموقف الغضب، فيمرّ انفعال الغضب دون ملاحظة أوإدراك منهم.

وهنا يجدر التنويه إلى أن الشرقيين عموماً يميلون إلى تبني الأسلوب الأول أنفاً في التعبير عن الغضب وأحياناً بصيغ عنيفة ومباشرة ومؤذية للآخرين، بينما الناس في الغرب يعمد الفرد إلى كبت غضبه بحيث لا يعرف من حوله إن ما قاموا به كان بالنسبة إليه مغضباً أم عادياً مرضياً..

إن الفرد وهو يتصرف بأسلوب الكبت للسيطرة أوالتحكم بغضبه، قد يتعرض مستقبلاً عند شدة وتكرارية مواقف الغضب إلى الانفجار العنيف حيناً أوللإصابة بأمراض واضطرابات نفسية قد تستدعيه اللجوء إلى علاج نفسي طويل... أومن ناحية أخرى، قد تتعرض البيئة: أسرة أوأقراناً أوزملاء عمل أومعلمين إلى حوادث عنف مؤلمة تؤدي بحياة العديد

من الأبرياء أحياناً كما لوحظ في حادثة دنبلين بسكوتلندة – بريطانيا أوفي العديد من المدارس الأمريكية في الآونة الأخيرة.

وأخيراً الأسلوب الثالث للغضب هوتهدئة الانفعالات الغاضبة. وبه يضبط الأب أوالأم أوالابن أوالابنة مشاعر الغضب من ظهورها المسيء للخارج وكذلك من آثار التحكم بها داخل نفسه، متبيناً بهذا إجراءات لتهدئة إثاراته النفسية وحالته غير الراضية عن الواقع..

إن الاسترخاء وإعادة بناء الإدراك للواقع، ومحاولة حل مشكله وأسباب الغضب، واللجوء للمرح والنكتة في التعبير عما حدث هي أمثلة لما يمكن تتبيه في هذا السياق. وبالطبع عندمـــــا لا يستطيع الفرد ضبط الغضب بالأساليب الثلاث، فيعني على الأرجح أن شخصاً أوشيئاً ما سيتعرض للأذى لاحقاً..الأمر الذي يتوقب من الأسرة الانتباه إليه وعمل الاحتياطات المناسبة له.

التوجيه الأسري للتغلب على انفعالات الغضب

إن الغضب العادي الذي يعبر به الفرد عن عدم رضاه نسبياً عما يجري في البيئة أوعما تتصرف به

هذه البيئة معه، هوسلوك بناء للحياة الفردية ولتوجيه مداخلات وتفاعلات أعضاء الأسرة معاً بما يستجيب لحاجات كل منهم: النفسية والاجتماعية والمادية.

أما عندما يخرج الغضب عن قدرة الفرد عن ضبطه والتحكم في آليات تغييره مع البيئة والآخرين، يصبح مدمراً ويؤدي إلى مشاكل لا حصر لها أحياناً في الأسرة والحي والمدرسة والعمل والعلاقات الشخصية مع الآخرين والحياة الفردية بوجه عام. ومن هنا، حتى تتحكم أعضاء الأسرة بانفعالات غضبهم، نقدم بإيجاز الأساليب الإجرائية التالية لإدارة وضبط الغضب.

1- الاسترخاء Relaxation. إن إجراءات الاسترخاء كثيرة في عددها ونوعها.. ومعظمها يعتمد بدرجة رئيسية على عدة مبادئ عملية أهمها: التنفس العميق، والتفريغ التدريجي لمحتوى الدماغ من انفعالات المشكلة أوالغضب بالتركيز على كلمة أوموضوع أوخبرة محددة بينما يكون مغمض العينين وفي غمرة هذه الأثناء التي قد تطول من 15 إلى 20 دقيقة، تهدأ المشاعر الإنسانية ويسوء لدى الفرد إحساس من الهدوء والأمان وراحة النفس، وعلى العموم يمكن

تقديم الخطوات المبسطة العامة للاسترخاء بالتسلسل التالي:

* **التكرار البطيء لكلمة أوجملة... أحياناً بمعنى وأحياناً** أخرى ليس لها أي معنى. مثل: استرخي، خذ الأمور ببساطتها.. تحصيلي المدرسي كان رائعاً، أو رحمم، دايز أوغيرها.. والمهم هنا التركيز إدراكياً على تكرار الكلمة أوالجملة المختارة.

* **مصاحبة التركيز المتكرر أوالمتواصل على الكلمة** أوالجملة في الخطوة السابقة، غيرة يتصورها الأب أوالأم أوالابن أوالابنة، حدثت فعلياً في الماضي أويتمناها في المستقبل.

* **ممارسة تمارين رياضية سهلة غير ضاغطة مثل** اليوغا أوالتمارين السويدية الخفيفة كلما أمكن ذلك لمزيد من التفريغ الادراكي للمشكلة أوانفعال الغضب والتركيز وتحسين تأثيراتهما السلبية والحصول في النهاية على الاسترخاء المطلوب.

2- **إعادة البناء الإدراكي التفكير**. وهذا يعني ببساطة تغيير أسلوب أوكيفية التفكير بالمشكلة (انفعالات الغضب). فبدل تفكير الأب أوالأم أوالابن أوالابنة الغاضبين بأن كل شيء قد دمرّ أوضاع سدى..أوأن

هذا هو أمر مخيف لا يمكن السكوت عنه.. يتحولون إلى التفكير بعبارات مثل: إنه أمر غير مريح، أو إنه مخيبٌ للآمال، ولكن يمكن فهمه والتعامل معه.. أنه لا يشكل نهاية الدنيا.. بل يمكن المحاولة من جديد. وفي هذه الأثناء، حاول إيجاد بدائل جديدة للتعامل مع مشكلة الغضب وحلها بطريقة منطقية بدون الغضب على وجه التأكيد.

3- **الاتصال الأفضل بالآخرين**. ينفعل الفرد عند الغضب فيحمرّ وجهه ويتصبب عرقاً، وتبدأ عضلاته وقبضاته بالشد والرخي استعداداً للعنف والتصرف العدواني... فيعمد الفرد هنا: أباً أو أماً أو ابناً أو ابنة إلى الإبطاء في تفكيره ومشاعره الغاضبة.. والعدّ إلى العشرة كما يقال في المثل الشعبي... أي التفكير ما يمكن ويحسن قوله تجنباً لمزيد من الإثارة والغضب لنفسه وللآخرين... والاستماع بعناية لما يقوله هو للآخرين، ثم أخذ دوره في الوقت المناسب للاستجابة بالحديث أو التصرف المناسبين.

4- **حل مشكلة الغضب بروية ومنطق وعارفية توصل في النهاية إلى التغلب على أسبابه ومشكلاته**. وعند التخطيط والعمل لحل مشكلة الغضب، يحس بالأم والأب

أو الابــن أو الابنة عدم التركيز على نوعية النتائج التي يلزم التوصل إليها بل أكثر وبالدرجة الأولى على عملية حل مشكلة الغضب: على الإجرائيات والعمليات المرحلية للتغلب على الغضب بالتقاضي عن طبيعة النتائج التي تفرزها هذه الإجراءات أو العمليات.

يساعد هذا الاقتراح بالتركيز على عملية الحل دون نتائجه في عدم إصابة الفرد بخيبة الأمل وبمزيد من الغضب عند عدم كفاية الحل الذي يتوصل إليه في التغلب على الغضب.. وتحريره من القلق والضغط النفسي اللذين ينتاباه خلال التركيز على شيء غامض مجهول في المستقبل، وبالتالي المساهمة تلقائياً في استقرار نفسه وتخليه عن الغضب جزئياً أوكلياً بينما يتقدم في طريقه للحلول المطلوبة.

5- استعمال النكتة والتندر في التعبير عن انفعالات الغضب. وقد يقوم الفرد بالنكتة عن نفسه أحياناً، بجانب النكتة على الآخرين المعنيين بموضوع الغضب... وفي كل الأحوال يجب أن تكون النكتة خفيفة غير مسيئة ومرحة تثير الضحك واللهو.. ثم يجب أن لا تؤدي النكتة والتندر إلى تغيب مشكلة الغضب وإخراجها من النفس مؤقتاً... بل يتوجب خلال ذلك

تركيز الأب أوالأم أوالابن أوالابنة على الأسباب والتعامل الموضوعي معها وحلها المطلوب دائماً.

6- سحب الفرد الغاضب من بيئة أو موضوع الغضب. وهنا تعمد الأسرة إلى إخراج الفرد الغاضب من الموقف المباشر الذي خبر فيه الغضب، بغرض تغيير المتبهات البيئية التي أثارت فيه عدم الرضا والانفعالات الغاضبة عموماً. ومن هنا يعمد الأب أوالأم أوالابن أوالابنة الغاضبين بمبادراتهم الفردية أوبمصاحبة ودعم واحد أوأكثر من أعضاء الأسرة إلى الذهاب في نزهة أوجلسة قصيرة هادئة خارج المنزل.. أومجرد الانزواء بهدوء في مكان بالأسرة بعيداً عن مرأى مكان أوخبرة الغضب.

7- تغيير بيئة أو موضوع الغضب. هنا، تعمد الأسرة إلى تغيير أوتعديل البيئة المسببة لانفعالات الغضب بدل سحب الفرد الغاضب من هذه البيئة، فإذا كان قرين الابن أوقرينة الابنة في الفصل الدراسي يسبب الواحد منهما الغضب لديهما، عندئذ يعمد المعلم أوالمعلمة إلى نقل القرين أوالقرينة إلى مكان آخر.

أما إذا كان مزعجاً الأب أوالأم مشاهدة غرفة الأبناء مشوشة رأساً على عقب وكأن إعصاراً قد مرّ

بها، عندئذ يعمدان إلى المحافظة على باب الغرفة مغلقاً للتغلب على مشاعر الغضب التي تعتريهما كل مرة يشاهدان فيها الغرفة...

وفي أحيان أخرى يرتبط الغضب بوقت محدّد من الليل أوالنهار، أوبوسيلة أوأداة مواصلات إلى مكان مطلوب أونوع طعام، أومصدر تشويش خلال النوم أوالدراسة أوالعمل... في مثل هذه الأحوال وغيرها مما يشابه تعمد الأسرة إلى تغيير المنبهات البيئية المزعجة، المثيرة لغضب واحد أوأكثر من أعضائها.

8- **التدريب الذاتي عن تفريغ انفعالات الغضب.** تقوم الأم أوالأب أوالابن أوالابنة بما يلي:

* تحدّث عن مشاعر الغضب مع إنسان تثق به: أحد أعضاء الأسرة أوقرين صديق موثوق بالفعل أومعلماً أوالمرشد الطلابي بالمدرسة... لا تخف ولا تتردّد وعبّر عما تشعر به بأي كلمات عادية تستطيعها..

* وضحّ غضبك بهدوء كلما استطعت ذلك. مبيناً خيبة الأمل والنقد وعدم الرضا عما جرى أويجري لك، لكن بدون مصادفة أوصراخ أوسباب... حاول دائماً

أن تكون تعبيراتــك للغضب معقولة وسليمة وغير مؤذية للآخرين.

* **الاستماع بعناية للآخرين بدون الانزعاج أوردود الفعل السلبية على نقد أوملاحظاتهـــم** الآخرين على شيء أوصفة أوسلوك يخصك.حاول استيعاب كلام الآخرين والاســـتفادة منه في التحسين للأفضل وتجنب التعرض لا حقاً من لمواقف الغضب.

* **التفاوض مع أعضاء الأسرة الآخرين حول أسباب الغضب وإمكانيات ووسائل التغلب عليهـا** ودور كل منهم في المساهمة بذلك لاحقاً..

والخلاصة . .أن تحكم عضو الأسرة بمشاعر غضبه ذاتياً ،وعدم الردّ المباشر بالإساءة على الإساءة، هي أولى الخطوات للتغلب على هذا الانفعال السلبي الشخصي. . . إما البدائل العلاجية الأخرى، فتتمثل بتجاهل عضو الأسرة للموقف والجهة المصدرة للغضب، أحياناً بالمحافظة على الوقار والهدوء أو تغيير بيئة الغضب بالخروج منها . . أو القيام بعمل أو نشاط آخر مختلف يُجدّد به نفسه وينسى تدريجياً نوازع الغضب، ثم التسامح مع الجهة المسيئة ومقابلتها بالحسنى والملاطفة والمحبة، عملا بالآية الكريمة " والكاظمين الغيظ والعافين عن الناس إن الله يحب المحسنين " .

*****

الوحدة الثانية

عنف الأبناء نحو الأسرة وأنفسهم

[5] العنف السلوكي للأبناء

[6] رغبة الأبناء أحياناً في الانتحار

[7] أذى الأبناء لأنفسهم

[8] تهديدات الأبناء للأسرة والأقران

[9] العراك والعض من الأبناء

[10] الأبناء والأسلحة والأدوات الحادة القاتلة

[5]

العنف السلوكي للأبناء

العنف Violence هو إيقاع الأذى النفسي أو الجسمي أو الاقتصادي أو التعليمـــــي أو الاجتماعي بالنفس (أو الفرد يؤذي نفسه).. أو بالآخرين بواسطة اللفظ أو أعضـــــاء الجسم بالضرب والركل، أو استعمال وسائل مادية حادة مثل الأمواس والسكاكين والإبر وبعض الأدوات المدرســـية أو قاتلة مثل الأسلحة المتاحة باختلاف أنواعها.

فالسباب والتعنيف اللفظي والذم القاسي والحط من شأن أو سمعة الفرد أو الجماعـــة أو التعيير والتهديد والوعيد، هي كلها صيغاً من العنف النفسي. أما الضرب باليد أو بوسائل مثل العصي أو الحجارة أو أي أخرى متاحة في البيئة أو باستعمال أدوات حادة أو أسلحة نارية قاتلة أحياناً هي أمثلة للعنف الجسدي.

كذلك، عندما يعمد الفرد: ابناً ناشئاً أو آخر راشداً كبير إلى إلحاق الأذى والتخريب بالممتلكات المادية

المعيشية.. أي التي تعتمد عليها الأسرة مثلاً في دعم وسد حاجات معاشها وبقائها، يرتكب بهذا عنفاً اقتصادياً.

أما عندما يحطم التلميذ أو يستولي ُعنوة على ممتلكات تلميذ آخر يستعملها في التعلم.. بدءً من حقيبته المدرسية وأدواته الكتابية وانتهاء بغذاء فطوره، يكون قد ارتكب عنفاً تعليمياً... والمقابل،اذا تمادت الأسرة في العزل والمنع والحرمان أو النبذ المجحف المتطرف والممتد للابن أوالابنة من مزايا وأنشطة وتفاعلات يومية مع الآخرين داخل الأسرة أو خارجها مع الأقران.. فتعتبر كل هذه في الغالب مظاهراً من العنف الاجتماعي.

ونؤكد هنا على حقيقة مفادها: إنه بينما يؤدي العنف الجسدي للأبناء أوالناشئة المدرسية بعمر 12-20 سنة (فترة المراهقة التقليدية المعروفة) إلى إحداث خدوش أو جروح في الجسم تدوم طويلاً.. يمكن إخفائها بعمليات التجميل أواللباس أوغيرها مما يمكن، فإن العنف النفسي وما يتصل به من أذى اقتصادي أوتعليمي أواجتماعي، قد يحدث عند تطرفه وظلمه (أي ارتكابه بدون مبرر أو وجه حق)،، فيؤدي إلى

جروح في النفس قد لا تشفى طيلة الحياة الدنيا، ظاهراً ذلك في الشخصية والسلوك الفردي على شكل اضطرابات أوانحرافات سلوكية متنوعة.

بقي أن نشير هنا إلى أمرين هما: أن الأولاد هم أكثر عنفاً بوجه عام من البنات من حيث التكرارية والأنواع والوسائل المستخدمة، وأن العنف هو بذاته سلوك غير اجتماعي يتعلمه الابن أوالابنة من البيئة سواء كانت هذه: أسرة أو حياً أو أقراناً أو معلمين أو مدرســـــــــة أو مواقف اجتماعية أو مشاهد أو برامج تلفزيونية فضائية.

أسباب شخصية خاصة لعنف الأبناء

يرتكب الأبناء العنف تجاه أنفسهم أوالآخرين حولهم لعدة أسباب: تبدو موجزة فيما يلي:

أ- أسباب شخصية ومباشرة للعنف مثل:

1- **التعبير عن مشاعر الغضب او اليأس** اللذين يصلون إليهما نتيجة عدم الحصول على إجابات شافية لمشاكلهم أوإهمال الأسرة أورفضها لحاجاتهم، حيث يلجئون إلى العنف للتعبير عن انفعالاتهم وغيظهم بوجه عام.

2- **التحكم بالآخرين والتلاعب بشؤونهم للحصول على شيء أو رغبة يحتاجها اليافع الشاب** (المراهق). وفي الغالب، يقع ضحية هذا العنف الأقران الأضعف أوالأقل سـطوة أوالأكثر معاناة من مشاكل وإهمال ورفض في أسرهم.

3- **الانتقام والتأثر من أفراد بالأسرة أو خارجها** خبروا أذى أورفضاً أوعنفاً منهم... فيعمد الأبناء نتيجة شعورهم بالحقد والغيظ أحياناً بالرد على الخطأ بخطأ مضاد أخطر أوأعنف في بعض الأحيان.

4- **تقليد سلوك العنف من البيئة الأسرية أو الخارجية** حيث الأقران والناس في الحي والمدرسة ومواقف الحياة اليومية. إن العنف هو للأسف سلوك يتعلمه الأبناء من البيئـة دون أن يكون مطبوعاً في الجينات الوراثية للفرد. وبينما يمكن لحسن الحـظ تغيير هذا السلوك السلبي وعلاجه عموماً، إلا أن ذلك لا يبدو تلقائياً أو سهلاً، بل يحتاج إلى تضافر في الجهود والإمكانيات من الأبناء والأسرة ومختصي التعديل السلوكي.

ب ـ أسباب عامة لعنف الأبناء أهمها :

1- **ضغوط الأقران والإلحاح على الأبناء لارتكاب العنف**، إن مصاحبة الأبناء لأقران السوء، وتكوين شلل معهم ومشاركتهم سلوكياتهم وميولهم المنحرفة نحوالآخرين والبيئة.. تشكل جميعاً بيئة خصبة لإستبنات وظهور سلوك العنف لدى هؤلاء الأبناء.

2- **حاجة الأبناء إلى الانتباه والتقدير والاهتمام من الآخرين، خاصة الأسرة والمعلمين والأقران**.. وعندما لا يحصلوا عليها بالطرق الاجتماعية السوية، يلجأون إلى العنف لتوصيل رسالة خطيرة مفادها: نحن هنا انتبهوا إلينا؟!

3- **إحساس الأبناء بتدني القيمة الذاتية نتيجة خبرتهم** لإهمال أو رفض وتصغير الأسرة لهم أو مقاومة وتعنيف وحط المعلمين من قدر الأبناء كتلاميذ لهم.

4- **الإساءة للأبناء وإهمال تربيتهم ورعايتهم من الأسرة**، كما تقتضي حاجات نموهم خلال الطفولة المبكرة حتى عمر ست سنوات. فيظهر ذلك على شكل اضطرابات سلوكية حسب نظرية التحليل النفسي لسيغموند فرويد، بعدئذ في المراهقة.

5- **معايشة الأبناء لسلوك وأعمال ومواقف العنف عبر الأسرة ووسائل الإعلام** (خاصة بالفضائيات) ثم في

المواقف الاجتماعية بالحي والسوق والمداخلات اليومية للناس.

6- **سهولة الحصول على السلاح والأدوات الحادة المؤذية الأخرى**. فحيث تمتلك الأسرة هذه الأدوات ولا تمارس ضبطاً بعدم الوصول إليها من الأبناء، يسهل على هؤلاء عند الشعور بالغضب واليأس، الحصول عليها واستخدامها في أذى أنفسهم أوالآخرين حولهم.

مؤشرات تحذيرية لعنف الأبناء

يمكن توضيح هذه المؤشرات التي يتوجب من الأسرة الانتباه إليها والتصرّف المناسب مع الأبناء بالصيغة والوقت المناسبين، بالفئات التالية:

أ – مؤشرات تحذيرية عامة مباشرة للعنف مثل:

1- فقدان الأبناء السيطرة على أنفسهم بصفة يومية متكررة.

2- المصادمات أوالمواجهات الجسمية المتكررة مع الآخرين في الأسرة أوخارجها.

3- بدء الإدمان على الكحول والمخدرات.

4- التهورّ السلوكي أوالمخاطرة السلوكية (التصرفّ بدون حساب للنتائج).

5- التخطيط أو الحديث المباشر لارتكاب أعمال عنف محددّة.
6- إظهار تهديدات أو خطط لالحاق الأذى أو الضرر بالآخرين.
7- الاستمتاع بأذى الحيوان أو تحطيم الأشياء بما في ذلك نباتات الزينة في المنزل.
8- البدء بحمل السلاح أو الأدوات الحادة.

ب – مؤشرات تحذيرية عامة غير مباشرة للعنف مثل:

1- وجود تاريخ سابق لارتكاب سلوك العنف أو العدوان..
2- بدء استعمال الكحول و المخدرات.
3- الانتماء لشلة غير سوية من الأقران أو الحديث عن رغبة قوية ليكون عضواً فيها.
4- الوصول للسلاح وإظهار الاهتمام والانجذاب إليه وخاصة السلاح الناري.
5- تهديد الآخرين باستمرار .
6- ضعف التحكم بالمشاعر الشخصية مثل الغضب.
7- الانسحاب من علاقات الأصدقاء والأنشطة العادية اليومية.
8- التعبير عن الشعور بالرفض أو الوحدة.

9- خبرة المضايقة والسخرية من الأقران عادة أو الأسرة والآخرين أحياناً.

10- الإنجاز المدرسي المتدني / الضعيف.

11- وجود تاريخ سابق لمشاكل النظام والانضباط السلوكي العام والمواجهة المتكررة مع المعلمين أو ذوي الأمر.

12- الإحساس بعدم احترام الآخرين بصفة مستمرة.

13- عدم الإحساس بمشاعر وحقوق الآخرين.

ج – مؤشرات تحذيرية للعنف خاصة بأطفال قبل المدرسة، مثل:

1- قيام الطفل بهيجانات انفعالية وسلوكية عديدة في اليوم الواحد تدوم أكثر من 15 دقيقة.. مع صعوبة وقفها أوتهدئتها في الغالب من الوالدين أوالأخوة أوالمربيات في الحضانة أو روضة الأطفال.

2- إندفاعات الطفل للعدوان بدون سبب واضح.

3- النشاط والإثارات السلوكية المتطرفة والتهور السلوكي.

4- الرفض المستمر لاتباع التوجيهات وعدم الاستماع للكبار.

5- ضعف الرغبة في القرب من الوالدين،، بعدم الميل إلى مصاحبتهم أو البحث عنهم والرجوع إليهم في الأماكن خارج الأسرة مثل الأسواق والرحلات.

6- المشاهدة المتواصلة لبرامج العنف على التلفزيون.. والانشغال بألعاب ذات مواضيع عنيفة أو قاسية تجاه الأطفال.

د – مؤشرات تحذيرية للعنف خاصة بأطفال بعمر 6-9 سنوات، مثل:

1- ضعف القدرة على الانتباه والتركيز.

2- مقاطعة الأنشطة الصفية باستمرار.

3- الإنجاز الضعيف بالمدرسة.

4- الوقوع في مشاكل ومصادمات مع الأطفال الآخرين بالمدرسة.

5- ردود الفعل المتطرفة مثل الغضب الشديد واللوم والميل للثأر عند الشعور بخيبة الأمل من الآخرين أو انتقادهم أو إثارتهم له.

6- مشاهدة برامج وأفلام تلفزيونية وفيديو عنيفة، واللعب كثيراً ببرمجيات ألكترونية عنيفة أيضاً.

7- قلة الأصدقاء الأقران ورفض الطفل من الأقران الآخرين بسبب سلوكه معهم.

8- مصادقة أو مصاحبة أطفال معروفين بعدم انضباطهم وعدوانيتهم.

9- عدم الإصغاء بصفة مستمرة للكبار.

10- عدم الإحساس بمشاعر الآخرين.

11- القسوة والعنف تجاه الحيوانات المنزلية أوالأخرى عموماً.

12- سهولة الاستسلام أو الشعور بخيبة الأمل.

ه – مؤشرات تحذيرية للعنف خاصة بأطفال بعمر 10-12 أو المراهقين حتى عمر عشرين سنة ، مثل:

1- المعارضة أو المقاومة المستمرة لذوي السلطة من والدين ومعلمين وإدارة مدرسية.

2- تجاهل مشاعر وحقوق الآخرين.

3- سوء معاملة الآخرين.

4- الاعتماد على العنف الجسدي أو التهديد بالعنف لحل المشاكل التي يواجهونها.

5- الإحساس بعدم الرضا وبالغبن من معاملة الآخرين.

6- الإنجاز المدرسي الضعيف.

7- الانقطاع عن المدرسة والدروس اليومية بدون مبررات واضحة.

8- التعرض للطرد من المدرسة.
9- التسرب من المدرسة.
10- الانضمام لشلة من أقران السوء.
11- الانحراف بارتكاب المصادمة مع الآخرين والسرقة وتدمير الممتلكات.
12- تناول الكحول أو المخدرات.

التوجيه الأسري للتغلب عن عنف الأبناء

يمكن للأسرة التغلب على ميول وسلوك العنف لدى الأبناء بمراعاة نوعين من التربية السلوكية: وقائية وعلاجية، نوضح خطوطها العامة بما يلي:

أ – التوجيه الأسري بالتربية الوقائية للأبناء ضد العنف:

1- **منح الأبناء حبا واهتماما دائما..** إن الانحراف والمشاكل السلوكية والعنف تبدو محدودة لدى الأطفال الذين يتربون في بيئة أسرية يسودها الاهتمام والحنان والمحبة.

2- **الإشراف والمتابعة المنتظمة للأبناء** في أهدافهم ومواقفهم وأعمالهم وألعابهم ومشاهداتهم التلفزيونية اليومية، مع التشجيع والتعزيز والتوجيه خلاله. تشير الدراسات إلى أن المشاكل السلوكية تزداد لدى الأطفال الذين تتشغل أسرهم عنهم بدون إشراف أو متابعة.

3- **التصرف الأسري السليم أمام الأبناء**، مع المحافظة على النوعية في السلوك والقيم والميول. يسمح هذا لهم بالملاحظة والتقليد والاعتياد على تطبيقها في سلوكهم اليومي وإحساسهم بالقوة والمناعة السلوكية أمام ضغوط الأقران وأعمال العنف خارج الأسرة في الحي أوالمدرسة أوالمواقف الاجتماعية العامة.

4- **المثابرة وعدم التناقض في تطبيق الأحكام والضوابط السلوكية**. فعندما تطلب الأسرة شيئاً أو تفرض قاعدة سلوكية محددة لإتباعها من الأبناء، يجب الالتزام بها وتطبيقها حتى النهاية. وهذا يقتضي من الأسرة مراعاة أمرين: طلب أشياء أوأعمال وسلوك مدروسة يستطيع الأبناء القيام بها، ثم مراعاة كون الأحكام والضوابط السلوكية المطلوبة، خلقية ومفيدة وموضوعية غير شخصية أورود وأفعال وميول انفعالية مؤقتة. إن مشاركة الأبناء في مناقشة واقتراح المسؤوليات أوالحقوق والواجبات وأحكام التصرفات أوالإنجازات المطلوبة يُهيؤهم نفسياً وعملياً للالتزام وأداء ما يتوقع منهم.

5- **تجنب العنف وإبعاده عن البيئة الأسرية** بالهدوء والتفاهم والمودة في التفاعـــــــــلات أوالمداخلات

اليومية للوالدين معاً، ومع الأبناء ثم بين الأبناء أنفسهم.. مع عدم تشجيع العنف أو التسامح معه خلال ذلك.

6- **الحد أقصى درجة ممكنة من تعرض الأبناء لمشاهد وبرامج العنف عبر الفضائيات التلفزيونية** وألعاب الفيديو أو الإلكترونية. تؤكد الدراسات أن المزيد من هذه المشـــــاهد والبرامج يمارس تأثيراً سلبياً على سلوكهم. يمكن للأسرة في هذا الإطار:

- **تحديد ساعات المشاهدة اليومية للتلفاز بساعة واحدة إلى اثنتين فقط.**
- **معرفة ما يشاهده الأبناء من برامج تلفزيونية** وألعاب فيديو أو ألكترونية.. والتنظيم والتوجيه المسبق لذلك عادة بدون الفرض الآلي أو المواجهة معهم عند كل مشاهدة أوكل يوم.
- **الحديث مع الأبناء حول ما يشاهدونه من برامج وصور العنف..** والمناقشة والتوجيه خلال ذلك لفهم سيئات هذا العنف ونتائجه المؤلمة في الواقع الحقيقي للناس والحياة.
- **تبادل الآراء والطرق مع الأبناء التي يمكن بها حل المشاكل اليومية بدون اللجوء إلى العنف...** يمكن

للأسرة تناول مشكلة محددة في كل مرة ثم مناقشتها مع الأبناء والحلول السليمة الناجعة التي قد يتبنونها بدون الحاجة إلى العنف.

7- **مساعدة الأبناء للوقوف ضد العنف** وعدم مساندته أو تشجيعه لدى الأقران خارج الأسرة في الحي والمدرسة والمواقف الاجتماعية العامة الأخرى.

8- **تدريب الأبناء على التعامل مع سلوكيات ومواقف العنف** التي يواجهونها بهدوء وتوازن وحزم لفظي دون السباب أوالمصادمة الجسدية المباشرة. كما يبدو مفيداً أيضاً تعليم الأبناء مبادئ وقيم التسامح مع الآخرين وقبولهم.. مهما اختلفت أعراقهم وثقافاتهم وآراؤهم وعدم نعتهم أو نقدهم بالألقاب لمجرد أنهم مختلفون، أوالسخرية بهم ومضايقتهم بكـلام أو سلوك تجنباً للوقوع في العنف معهم.

9- **تعليم الأبناء مفاهيم ومبادئ وقيم اللطف غير التعامل مع الآخرين** من خلال:

- **ممارسة الاعتبار والحنان في التعاملات أوالمداخلات الأسرية اليومية**، ومواقف ومناسبات الضيق أوالحزن أوالمرض التي يمر بها أعضاء الأسرة أحياناً.

▪ **تعزيز الأبناء إيجابياً عند التصرف مع الآخرين داخل وخارج الأسرة بلطف** واعتبار.. أوسلبياً عند عدم ذلك. ولتكن الأسرة حازمة ومثابرة وغير متناقضة في ذلك.

▪ **ممارسة الأسرة وخاصة الوالدين للطف في التعامل مع بعضهم والأبناء** ثم الآخرين خارج الأسرة ليكونوا نموذجاً يحتذيه الأطفال في تعاملاتهم مع أنفسهم والناس عموماً. أي تعليم الأبناء مفاهيم وسلوكيات اللطف بالعمل دون الكلام فقط.

▪ **تزويد الأبناء بقراءات وبرامج ألعاب فيديو وإلكترونية،** يتعلمون بها مفاهيم ومبادئ وقيم ومواقف اللطف والاحترام في التعامل مع الآخرين.

▪ **الحديث القصصي مع الأبناء عن مواقف وأفراد وأبطال معجبين بهم.**

▪ **مصاحبة الأبناء في زيارة المرضى من الأقارب والأصدقاء والمعارف،** ودور رعاية المسنين والمعاقين ومواقف الكوارث المناخية (نتيجة الفيضانات والأعاصير) أوالطبيعية (بالزلازل والبراكين والحرائق) أوالعســـــــكرية (للحروب والفتن وأعمال الغزو).. وتوفير الفرص لهم بذلك لمشاهدة الأسرة في تعاطفها وتعاملاتها الجانبية مع الآخرين ثم

لممارسة الأبناء / الأطفال لمشاعرهم ولطفهم وتعاطفهم في مثل هذه المواقف الميدانية الحقيقية.

ب – التوجيه الأسري بالتربية العلاجية الأبناء ضد العنف.

عندما تلاحظ الأسرة إشارات للعنف على الأبناء، تعمد فورياً دون تأخير إلى:

1- **إخراج الابن او الابنة من المواقف الأسرية أو البيئية** التي يبدو فيها الواحد منهما على شفا ارتكاب سلوك العنف.

2- **تضافر اعضاء الأسرة معا في التعامل مع موقف العنف،** وقيام كل منهم بدوره لتحييد رغبة الابن أو الابنة في الاندفاع لسلوك العنف.

3- **طلب مساعدة جهة مختصة في حل مشكلة العنف** عند تطرفها مثل طبيب الأسرة أو مختص تعديل سلوكي أو طبيب نفسي مختص بمرحلة الطفولة أوالمراهقة.. وذلك حسب شريحة عمر الابن أوالابنة بسلوك العنف.

*****

[6]
رغبة الأبناء أحياناً في الانتحار

الانتحار هو أخطر أنواع العنف التي يمكن للابن أو الابنة ارتكابه لأذى النفس بإنهاء حياتهما الدنيوية قسراً بصيغة غير قدرية: غير شرعية وغير طبيعية. ولا يصل الشاب اليافع (المراهق) إلى هذه النهاية المسدودة التي تتساوى معها في نظره الحياة والموت،، إلاّ عند معاناته النفسية الحادة حيث ترفضه الأسرة تماماً أوتتخلى عن أي اعتبار لمطالبه أو حاجاته سواء كانت هذه نفسية أو اجتماعية أومادية.

ومشكلة الانتحار هي عصيبة وعالمية عامة، تواجهها معظم المجتمعات في العالم بدرجات مختلفة... ففي الولايات المتحدة الأمريكية يشكل الانتحار ثالث عامل لموت الشباب اليافعين بعمر15- 24 سنة وسادس سبب رئيسي في موت الأطفال بعمر9- 14سنة!؟

أما في البيئات النامية بما فيها أقطارنا العربية، فمع محدودية ارتكاب الأبناء عموماً للانتحار بالمقارنة بما يجري في الغرب، إلا أن العديد منهم يعيش رغبات الانتحار أومحاولات الوقوع فيه نتيجة الصعوبات

المدرسية أوالأسرية.. أوالاجتماعية المرتبطة بعلاقاته مع الأقران.

ويظهر التفكير في الانتحار وارتكابه أحياناً خلال مرحلة الشباب اليافع (المراهقة) بسبب نقص معارف وخبرات الأبناء في سد حاجاتهم الشخصية المختلفة ذاتياً ثم لخلل حاد في تعامل البيئة (أسرة أوأقراناً أومدرسة) معهم، مؤدياً لاختيارهم الموت على الحياة بالانتحار.

وفي العموم، نلاحظ في الحياة الدنيا نوعين رئيسين للانتحار: **انتحار ضمني للنفس البشرية** (أي انتحار الحياة الفردية مع البقاء الاسمي أوالشكلي على قيد الحياة).. وهذا النوع يتجسد بدرجة رئيسية في عمالة الأطفال والمتاجرة المتنوعة بهم ثم عمالة الرقيق الأبيض وعمالة السخرية التي يقضي العديد من الأفراد والجماعات والشعوب عبر العالم حياتهم فيها بدون أي عائد عليهم حتى نفسياً أحياناً..

وهذا النوع سائد عموماً في بلاد الشرق وفي البلدان النامية بوجه خاص...ثم **الانتحار المادي للنفس البشرية** بقتل الجسم الذي تحل فيه لتتوه في عالم الغيب

غير المرضي كما تؤكد تعاليم الله... أن هذا النوع الثاني من الانتحار يبدو منتشراً في الغرب بوجه عام.

أسباب عامة لمشكلة انتحار الأبناء

من أهم الأسباب الملاحظة على الأبناء في رغباتهم وارتكابهم للانتحــار الأمثلـــة التالية:

1- **خبرة مشاعر حادة من الحصر النفسي** والحيرة والشك بالذات والقدرات الفردية على البقاء.

2- **المطالب الملحة المتواصلة للأسرة على الدراسة** والنجاح والتفوق بأكثر مما يستطيعه فعلياً الطفل أوالشاب اليافع (المراهق).

3– **الظروف المادية الصعبة والشعور بالتهديد من الحاجة وغموض المستقبل.**

4- **نزاعات وتفتت الأسرة وانفصال أو طلاق الوالدين،** ودخول الأبناء في حياة مشوشة جديدة مع زوج الأم أوزوجة الأب والأخوة من زواجهما السابق أحياناً، وما يرافق ذلك من منافسة أوتحيّز أوإهمال أورفض لا يستطيعون الصبر عليها أوالتكيف معها بغير الانتحار.

5- **الانتقال المفاجئ إلى مجتمع جديد أو بيئة اخرى مختلفة،** يفقد معه الأبناء سيرتهم الواقعية الذاتية الماضية، ويشعرون بالنتيجة بالضياع والانقطاع

النفسي والاجتماعي والشك الذاتي بقدرتهم على الاستمرار والبقاء.

مؤشرات تحذيرية لرغبات الأبناء في الانتحار

عندما يذكر الابن أوالابنة مباشرة أوغير مباشرة رغبته في الأنتحار، يجب على الأسرة أن تأخذ الأمر على محمل الجد، وفورياً بعين الاعتبار.. دون إهمال أوعدم تصديق ذلك، أوالتأجيل لوقت آخر.. لأن الكلام العابر قد يتحوّل إلى فعل في أي لحظة، وتفتقد الأسرة عزيزها للأبد؟! ومهما يكن يمكن للأسرة الالتفات للمظاهر والمؤشرات التالية على الأبناء، للتنبّه الى رغباتهم بالانتحار:

1- تغيرّ حاد في عادات النوم والأكل.

2- الانسحاب من علاقات الأقران والأصدقاء وحياة الأسر والأنشطة اليومية العادية.

3- تصرفات العنف والتمرد على الأسرة والاختفاء بعيداً لمدة غير معتادة من الابن أوالابنة

4- استعمال الكحول والمخدرات.

5- الإهمال في المظهر الشخصي العام بشكل غير مسبوق.

6- التغييرات الشخصية للأسوأ.

7- الملل الدائم وصعوبة التركيز وسوء الإنجاز أو التحصيل المدرسي.

8- الشكوى المتكررة من آلام جسمية مرتبطة عادة بالانفعالات المتقلبة التي يعيشها الابن أوالابنة مثل آلام الرأس والمعدة والإجهاد العام.

9- فقدان الاهتمام بالأنشطة والحوادث والمناسبات المفرحة.

10- رفض المديح والمكافآت التي تُمنح له.

11- الشكوى الذاتية المسموعة من كونه شخص سيء أو إنه خرب من الداخل.

12- التحدث عن تغييرات مثل: سوف لا أكون مشكلة لكم طويلاً ! لا يوجد شيء هـــــــام في هذه الدنيا! لا فائدة من الوضع! أو سوف لن أراكم مرة أخرى.

13- الترتيب المفاجئ لسريره وأمتعته وغرفته بالأسرة،، أو إعطاء ممتلكاته المفضلة للأخــوة أو الأصدقاء – وتنظيف غرفته وترتيب سريره، ورمي حاجاته الهامة مثل الملابـــس والكتب والألعاب...

14- الظهور فجأة مرحاً مسروراً بعد مدة من الاكتئاب.

15- إظهار علامات مرضية نفسية مثل الهلوسة والأفكار الغريبة.

مراحل عامة لرغبة الأبناء في الانتحار

تتلخص هذه المراحل المأساوية التي قد يمر بها الأبناء وصولاً لأسوأ قرار يمكن أن يتخذه الإنسان بحق نفسه: الانتحار، بالتالي:

1- **التذمر المتكرر والشكوى المتواصلة من الظلم وسوء الحياة.**

2- **الإلحاح غير التعبير عن الحاجات الشخصية** (مهما كان نوعها) وفي الطلب من الأسرة الاستجابة لها.

3- **الشعور بخيبة الأمل واليأس والإكتئاب نتيجة إهمال الأسرة** وعدم استجابتها لآمال وحاجات الابن أوالابنة .

4- **الإنعزال جانبا والصمت والسرحان معظم الوقت** واللجوء إلى المخدرات أحياناً عند شدة الحالة النفسية.

5- **البدء بالحديث إيجابيا عن الموت ومحاسنه غير الحياة وعن آلاته ووسائله وحوادثه** لدى بعض المعارف أو مما يسمعه في الأخبار.

6- **ارتكاب الإنتحار غير حال إهمال الأسرة** وعدم انتباهها للمراحل الخمس السابقة لدى الابن أوالابنة، وعدم

اتخاذها خطوات فورية علاجية وبمساعدة جهات نفسية متخصصة للتغلب على رغبات الانتحار.

التوجيه الأسري للتغلب على رغبة الأبناء في الانتحار

عند إهمال الأسرة وعدم انتباهها لمشاعر وتعبيرات الأبناء المرتبطة بالانتحار.. وتحولهم من الحديث المتفرق عن الموت إلى الرغبة فيه ومحاولة ارتكابه.. تعمد الأسرة فوراً في هذه الحالة إلى مراجعة طبيبها الخاص أوطبيب نفسي مختص بالأطفال والمراهقين للقيام بالتشخيص والعلاج اللازمين.

أما الأنجع وقائياً من رغبات ومحاولات الانتحار، هو قيام الأسرة بالحديث والتفاعل مع أبنائها ومتابعة تطوراتهم وحاجاتهم اليومية.. وإخراجهم من حالات الشرود الذهني والاكتئاب والعزلة التي قد يلجأون إليها عند الحاجة وخيبة الأمل أواليأس بخصوص تحقيقها.

نقـــدم فيما يلي مهما يكن سبع خطوات إجرائية للتوجيه والتربية الوقائين من الانتحار لدى الأبناء هي:

1. حب الأبناء والحنان عليهم والانتباه لحاجاتهم ولما يقولون ويفعلون. إن الحب الأصيل (غير المصلحي) يقرّب الإنسان من الإنسان ويؤدي إلى حميمتهما ولحمتهما معاً. كما أن الانتباه واليقظة يزودان الأسرة

بمعرفة الأبناء في الواقع والاستجابة أولاً بأول لحاجاتهم النفسية والاجتماعية والمادية في الوقت المناسب.

2- **التفاعل مع الأبناء في الحديث وجلسات مشاهدة الفضائيات والمناقشة معهم** وفي الأنشطة الأسرية بما فيها وجبات الطعام اليومية ومشاركتهم الرأي (دون الإملاء) في اللباس والشراب واختيار الأصدقاء والأصحاب والحوادث والنجاحات أوالصعوبات المدرسية. إن التفاعل الممزوج بالحب والحنان والاهتمام والانتباه، يقلص المسافة الاجتماعية والنفسية بين الأسرة والأبناء لأقل درجة ممكنة.. ويحول مجال الاتصال فيما بينهم إلى خطوط مزدوجة أفقية سريعة ذات اتجاهين في آن: إرسال واستقبال معاً.

3- **الشرح والتوضيح العملي والواقعي لما يحتاجه الأبناء من معارف ومهارات وكفايات ومواقف** واستخدامات للأشياء والزمان والمكان. مع التأكيد هنا على تجنب استعمال الإلقاء والمحاضرات والأوامر والنواهي والتذكير والتنبيه والتحذير.. بل بالتوجيه والتعليم والتربية بالقدوة الحسنة والأساليب العملية في الواقع،

وغير المباشرة عموماً هي الأجدى دائماً لقبول الأبناء لتعاليم وإرشاد الأسرة والإقبال على الانتباه لها والتركيز عليها وتحصيلها.

4- **التوجيه والإرشاد لحاجات ومهارات النمو والتفاعل والتعلم للأبناء**.. لمزيد من التركيز والتفعيل لقدراتهم وتحصيل حاجاتهم بقليل من الهدر في الوقت والإمكانيات والرغبة لديهم،، ثم لممارستهم المهارات والإنجازات الجديدة في المواقف الأسرية والحياتية في الواقع.

5- **تجنب التناقض**. الأسرة هي في الأحوال العادية للتربية والحياة الأسرية، قدوة ونموذج حسن للأبناء.. لذلك يستحسن دائماً المحافظة على استعمال مبادئ السلوك والتفاعل والتعامل في إدارة الأسرة ومع الأبناء. إن الصحيح هو صحيح والخطأ هو خطا في كل ظروف الزمان والمكان، مهما كانت المبررات والمواقف والمعارف والغرباء وغير ذلك من تفاوتات.

6- **تجنب العنف في التعامل والإرشاد والتوجيه والتربية والتصحيح للأبناء**. العنف هو سلوك خاطئ.. ودائماً لا يعالج أي خطأ يرتكبه الأبناء بخطأ هو العنف اللفظي أوالنفسي أوالجسمي أوالاجتماعي... بل عاملوا الأبناء

ووّجهوهم وصحّحوا أخطاءهم بالمعروف والحسنى والاهتمام.. ولكن بالموضوعية والحزم في الوقت نفسه.

7- متابعة الأبناء في حياتهم وتطوراتهم وحاجاتهم ومداخلاتهم في الأسرة وخارجها في المدرسة والحي والمواقف الاجتماعية العامة الأخرى... وذلك سعياً لهدفين: التأكد من حسن سلوكهم ومهاراتهم ونجاحهم في الواقع الميداني للحياة ثم للتعرف على حاجات طارئة: نفسية واجتماعية أوتعليمية أومادية يواجهونها،، حيث يشعرون بوقوفكم معهم وتعزيزهم عند حاجاتهم، وبقيمتهم الذاتية وثقتهم بأنفسهم على النجاح في مواقف الحياة المختلفة: الأسرية والمدرسية والاجتماعية.. ولبعدهم بدون شك عن التفكير بالانتحار أوالرغبة فيه.

*****

[7]
أذى الأبناء لأنفسهم

يرتكب بعض الأبناء: الشباب اليافعون(المراهقون) حماقة إيذاء أنفسهم جسمياً،، بقصد حيناً أو لغيظ وغضب واضطرابات نفسية يعانون منها في أحيان أخرى. والنتيجة في كل هذه الأحوال هي تشوهات في جسمهم قد يمكن علاجها وإخفاؤها، أوقد تدوم معهم مســـــببة بذلك إحراجاً لهم في مواقف الحياة المختلفة عند الرشد مستقبلاً. من أمثلة هذه الايذاءات الجسمية التي يُلحقها الأبناء المراهقون لأنفسهم، العينة التالية:

- حفر الجسم
- خدش الجسم أو َجرحه
- وشم الجسم بإشارة محددّة كما يبدو تقليدياً لـــدى العـديد من القبائل الإفريقية أو بعض الجماعات في جنوب شرق آسيا.
- قطع جزء من أطراف الجسم كما يحدث في الإذن.
- قزع أو شد الجلد والشعر.
- حرق الجسم في مكان محدد.
- قطع الجلد.

- عض الجسم محدثاً تشوهات محددة.
- ضرب الرأس في الحائط أوالطاولة أوأشياء صلبة مؤذية أخرى.
- إحداث رضوض في الجسم.
- الضرب.
- ثقب الجسم.

وتختلف أغراض لجوء الأبناء المراهقين لأذى أجسامهم، فمنهم من يقطع أو يجرح جسمه للمخاطرة والتمرد على الأسرة، أو تعبيراً عن مقاومته ورفضه لقيمها وتعاليمها، أولتأكيد شخصياتهم، أولمجرد الحصول على إنتباه وقبول الأسرة.

أما البعض الآخر، فيؤذون أنفسهم نتيجة اليأس أوالغضب والغيظ التي يعيشونها.. فيجدون إيذاء الجسم وسيلة مباشرة متاحة لهم للفت انتباه الأسرة لحالاته.. أولإظهار الإحساس بخيبة الأمل والدونية التي وصلوا إليهما.. أو للتعبير عن أفكار انتحارية أو عنفية تُراود تفكيرهم.

ويعاني كل الأبناء أنفاً من مشاكل نفسية مرضية حادة مثل: الاكتئاب أوالعصـــاب أواضطراب اكتئاب بعد الصدمة أوالاضطراب الثنائي Bipolar disorder

أوالتوحـــــــد أوالإعاقات العقلية.. ومهما يكن، فإن معظم الأبناء بالمشكلة الحالية يتعافون للشفاء ويخروجون من مشكلة الأذى الجسمي لأنفسهم مع تقدمهم في العمر الى سن الرشد وتعريضهم للتوجيه والعناية الأسرية ثم العلاج النفسي المناسب.

مؤشرات تحذيرية لإيذاء الأبناء لأنفسهم

إن الأبناء الذين يثارون لإيذاء أنفسهم، يمكن تمييزهم بالمؤشرات النفسية والسلوكية التالية:

1- **المعاناة الواضحة للعيان من ضيق الانفعالات** والانزعاج والآلام الجسمية وتدني الشعور بالقيمة الذاتية.

2- **الشعور بالعصر النفسي الشديد** حيث يميلون إلى إيذاء أجسامهم لتفريغ هذا الشعور الضاغط لحد الانفجار على أنفسهم.

3- **ضغوط الأقران في العمر او المدرسة** ونقل عدوى إيذاء النفس من هؤلاء الأقران.

التوجيه الأسري للتغلب على مشكلة إيذاء الأبناء لأنفسهم

يمكن للأسرة توجيه الأبناء للتخلي عن إيذاء أجسامهم، بمراعاة المبادئ التربوية والإرشادية التالية:

1- **أن تكون نموذجا يحتذي به من الأبناء**.. فالأب والأم والأخوة والأخوات الكبار هم في العادة قدوة للأبناء

أوأعضاء الأسرة الأصغر سناً.. الأمر الذي يتوقع منهم عدم اللجوء لسلوك العنف الحالي: الأذى الجسمي لأنفسهم مهما كانت الضغوط عليهم... حتـــى لا يسمح للأبناء إلحاق الضرر بأنفسهم بتقليده وارتكاب سلوكياته ضد ذاتهم.

2- **حديث الأسرة مع الأبناء ومناقشاتهم حول احترام الإنسان لجسمه، وأهمية هذا الجسم في الحياة وفي التفاعل الآني مع الآخرين..** وفي القيام بالأدوار الاجتماعية والدراسية والعملية – الوظيفية المتوقعة منه.. حيث بدون الجسم السليم، يبدوالفرد معاقـــــاً أوغير سليم في أداء هذه الأدوار.

3- **إقناع وتدريب الأبناء** على **قبول الواقع الذي يواجهونه ويتعاملون معه بعقول منفتحة** متسامحة، وقادرة على التوجيه الذاتي للأفضل بدون الحاجة لإيذاء الجسم.

4- **تدريب الأبناء** على **تحديد مشاعرهم وتفريغها أو التنفيس عنها بطرق وبدائل بناءة**، قادرة على علاج الأسباب دون العنف بواسطة الأذى الجسمي لأنفسهم.

5- **تدريب الأبناء** على **إخماد مشاعر الأذى النفسي بالانشغال في أمور أو أنشطة جانبية أخرى** تساعد في تهدئة

حالتهم ونسيانها بعدئذ، مثل: العدّ إلى عشرة أوالانتظار بعض الوقت (5 أو10 دقائق) للحديث مع صديق أوأحد أفراد الأسرة، التنفس العميق، قراءة مجلة أوصحيفة، ممارسة هواية فردية معينة مثل: الرسم أوالمطالعة أوتصفح موقع على الانترنيت أوغيرها مما يخطر إيجابياً ببال الابن أوالابنة لعمله.

6- **تدريب الأبناء على التوقف أو التأني لبعض الوقت والتفكير ملياً في مساوئ وإيجابيات الأذى النفسي.** حيث يتوصل الابن أوالابنة بالنتيجة غالباً إلى قرار بالتخلي عن هذا السلوك الهدام للجسم.

7ـ **تدريب الأبناء على الاسترخاء والإدارة الإيجابية للضغط أو الحصر النفسي.**

8- **تعليم الأبناء سلوكيات ومهارات التفاعل الاجتماعي المدني البناء مع الآخرين.** تعليمهم على سبيل المثال: كيف يتعايشون مع الآخرين، ويتكيفون، ويتعاطفون ويلتزمون بالأعراف والحدود والمواعيد، ويتعاونون ويساعدون الآخرين، ثم كيف ومتى يؤثرون الآخرين على أنفسهم ويضحكون من أجلهم إذا لزم (انظر لمزيد من التوضيح والتفصيل في كتابنا: التربية وتنمية الإنسان – نحو تصنيف ونظرية لدراسة

السلوك الاجتماعي. نشر دار التربية الحديثة في دمشق 2002).

9- استعانة الأسرة بجهة عيادية نفسية متخصصة لإجراء الفحوصات والتحاليل التشخيصية الشاملة ثم العلاج المناسب للأبناء، عند صعوبة حالات الأذى الجسمي لأنفسهم، وعدم جدوى التوجيه الأسري في تحسين أوضاعهم.

*****

[8]
تهديدات الأبناء للأسرة والأقران

تهديدات الأبناء Children's Threats هي تحذيرات إعلامية يوجهها هـؤلاء للأسـرة أوالأقران أوالمعلمين أوغيرهم، بإيقاع الأذى بهم أوبممتلكاتهم الخاصة أوبأخرى عامـــة أوبأنفس هؤلاء الأبناء في حالة عدم استجابة الجهة المعنية بمطالب وحاجات آنية يعيشونها ويعانون منها.

وعندما تبلغ معاناة الأبناء مداها ويشعرون معها باليأس من واقعهم، يلجأ الواحد منهم لارتكاب حماقات وأعمال عنف مؤذية،، تصل إلى حد القتل أحياناً كما لوحظ حديثاً في عدد من المدارس الأمريكية وبعض المدارس في بريطانيا.. أوإصابات جسمية خطيرة نتيجة استعمال أدوات حادة، أوتدمير الممتلكات المدرسية أوالاجتماعية العامة أوالأسرية.

ويصعب في كثير من الحالات على الأسرة وجهات العلاج النفسي، تنبؤ قيام الأبناء بتنفيذ تهديداتهم بالعنف الموعود بدرجة عالية من الدقة أوالصحة.. ومع هذا، فإن الأسرة بوجه خاص،

تستطيع من خلال معرفتها لتاريخ نمو وسيرة الابن أوالابنة، تَوقع ما قد يحدث من اعتداء على الناس أوالأشياء.. آخذة بذلك (في حال متابعتها والإحساس المرهف لها) الاحتياطات الوقائية لمنع الكوارث أو للحدّ من خطورة النتائج التي قد تنجم عن سلوكهما التدميري المفاجئ.

تهديدات يطلقها الأبناء عند الأسرة

إن التهديدات الجادة التي يتوجب من الأسرة أخذها في الحسبان عند سماعها من الأبناء.. الأمثلة التالية:

1- التهديدات أوالتحذير بإيذاء أوقتل شخص محدد.

2- التهديد أوالتحذير بإيذاء أوقتل الابن أوالابنة لنفسيهما.

3- التهديد بالهرب من المنزل.

4- التهديد بتخريب أوتدمير ممتلكات معنية.

أسباب عامة لمشكلة تهديدات الأبناء

إن معظم تهديدات الأبناء التي تأخذ طريقها للفعل، هي لحسن الحظ قليلة بوجه عام. ومع هذا، فإن المشكلة موجودة لدى الأبناء وتعود أسبابها عموماً إلى التالي:

1- إظهار التحدي والعضلات والقدرة على عمل شيء يهم الأسرة ويثير انتباههـــا الى الابن أوالابنة وقبولها لهما وتنفيذ مطالبهما أوحاجاتهما.

2- خبرة الأذى والظلم من الأسرة أو من مصدر خارجها كالأقران أوالمعلمين أوآخرين في الحي أوالمجتمع المحلي.

3- الشعور برفض وإهمال ونبذ الأسرة لدرجة مجحفة لإحساس الابن أوالابنة وقدرتهما على استيعاب الموقف واحتماله نفسياً.

4- خبرة اعتداء جسمي أو اجتماعي نفسي من الأسرة أو أحد من خارجها على الابـــــن أوالابنة. في مثل الحالات أعلاه، ينفجر غضب أوغيظ الأبناء فجأة بالتهديد والتحذير، ثم بارتكاب المحذور من العنف والاعتداء على الناس والممتلكات.

مؤشرات تحذيرية لمشكلة تهديدات الأبناء

يتوقع من الأسرة الانتباه للمؤشرات السلوكية التالية، عند إحساسها بخطورة الموقف وإمكانية تنفيذ الأبناء لتهديداتهم بالعنف أوالتدمير المحتمل:

1- سلوك العنف والعدوان السابق بما في ذلك انفجارات الغضب.

2- الحصول على أو إمكانية الوصول إلى أسلحة نارية أوأي أدوات مؤذية أخرى.
3- إحضار السلاح للمدرسة.
4- محاولات أوتهديدات الانتحار السابقة.
5- التاريخ الماضي لأعضاء الأسرة من العنف ومحاولات الانتحار.
6- لوم الآخرين وعدم قبول المسؤولية لأعمال تمّ ارتكابها.
7- خبرة أومعايشة الإذلال أوالخزي / العار أوالرفض والنبذ أوفقدان شخص أوشيء عزيز.
8- مشاكسة الأقران والأطفال الأصغرأوالتحرش بهم.
9- السلوك اليومي بأسلوب التهديد.
10- كون الابن أوالابنة ضحية عنف أوإساءة سابقة: جسمية أوجنسية أوانفعالية.
11- مشاهدة العنف أوالإساءات في الأسرة باستمرار.
12- تكرار مواضيع الموت ومواقف الموت أو الاكتئاب باستمرار في الكلام مع الأسرة والأقران.. وفي التعبير المكتوب المدرسي أوالقراءات المختارة أوالرسم والتعبير الفني.

13- الانشغال بمواضيع وأفعال العنف في المسرحيات والعروض التليفزيونية والسينمائية والموسيقية والمجلات والفكاهة وألعاب الفيديو والكتب ومواقع الانترنيت.

14- المعاناة من مرض نفسي مثل الاكتئاب والعصاب والمرض النفسي الثنائي والهوس.

15- استعمال الكحول والبحث عن المخدرات.

16- مواجهة مشاكل نظامية في المدرسة أوالبيئة المحلية نتيجة سلوك جانح.

17- التخريب والتدمير السابق للممتلكات.

18- القسوة والعنف مع الحيوانات الأليفة.

19- إشعال النار والحرائق بالأشياء بدون مبرر أوطلب من أحد.

20- فقر العلاقات مع الأقران والعزلة الاجتماعية.

21- الانضمام للشلل وعصابات الانحراف.

22- ندرة الإشراف والمتابعة والتعزيز من الأسرة،، أومن أحد له حق رعاية الابن أوالابنة مثل الجد أوالجدة أوالعم أوغيرهما.

التوجيه الأسري للتغلب على مشكلة تهديدات الأبناء

يمكن للأسرة اعتبار المبادئ الوقائية والعلاجية التالية للتغلب على خطورة تهديدات الأبناء:

1- **العناية التربوية والإنسانية الوقائية بالأبناء** وتنشئتهم الآمنة،، بدون الحاجة لأحد منهم لليأس والوصول لطريق مسدود هو التهديد بالقتل أو الأذى أو التدمير.

2- **أخذ تهديدات الأبناء عند سماعها على محمل الجد** وعدم السخرية بها أو إهمالها على أنها غير معقولة... أو أنها كلام عابر لهم. يتوقع من الأسرة فوراً الجلوس والحديث مع الطفل أو الشاب اليافع لديها وفهم وتفهم مشاعره وحاجاته بدون تأخير.

3- **الإشراف والمتابعة الجادة للأبناء** الذين يبدون تهديداً لأحد أو لتدمير شيء محدّد.. أي إبقائهم تحت أعين ومراقبة الأسرة إلى حين تحويلهم إلى جهة نفسية علاجية تتولى مداواة وشفاء المشكلة لديهم.

4- **تحويل الأبناء الذين يواصلون تهديداتهم** لدرجة واضحة إلى جهة نفسية علاجية دون أي تأخير،، لإجراء الفحوص والتحليلات اللازمة والتصحيح المناسب لحالاتهم.

5- طلب جهة قريبة من الأسرة مساعدة مركز الخدمة الأسرية أو الاجتماعية أو مكتب الشرطة المحلية(إن كانت الحاجة ملحة لذلك) لتولي مسؤولية التغلب على مشكلة التهديد.. وذلك في حال عناد ورفض الأبناء لذلك أوامتناع أوتردد الأسرة عن أداء واجبها في علاج الأمر.

*****

•

[9]
العراك والعض من الأبناء

عندما لا يستطيع الأبناء التحكم بانفعالات غضبهم نحوقرين محدد أوأحد أعضاء الأسرة أحياناً، وتنقصهم الحيل والوسائل المقبولة للتعبير السلمي عن هذا الغضب،، يلجئون إلى العراك والمصادمة Fighting أو العض بالأسنان Biting.

ويبدأ الأطفال بسلوكيات العنف بواسطة العراك أو الضرب والعض وخدش أو خربشة بشرة الآخرين مع نهاية السنة الأولى من العمر، حيث تعتبر عادية بوجه عام.. ولكن استمرارهم في هذه السلوكيات كوسائل للاتصال والتعامل مع أعضاء الأسرة، ولتحقيق الحاجات اليومية، َتُعدّ (أي العراك والضرب والعض) مؤشرات سلبية على معاناة الأبناء من اضطرابات انفعالية - سلوكية، تتطلب منها التدخل للتصحيح.. والاستعانة عند تطرف الحالات السلوكية الحالية، بجهات مختصة نفسية للتعديل والتغلب على مشكلات العض والعراك.

وسلوك العض هوأكثر حدوثاً لدى الأطفال بعمر سنة إلى ثلاث سنوات في الغالب.. وذلك بغرض حصولهم على انتباه الأسرة أحياناً، أولعدم رضاهم عما يجري في الأســــــرة.. أوللقلق والحسد أوالغيرة التي يشعرون بها نتيجة تعامل الأسرة غير المنصف معهم بالمقارنة بأخوتهم الآخرين..

وفي حالات أخرى، يقوم الأطفال بالعض انتقاماً للعقاب القاســـــــــي أوالمتواصل أحياناً من الأسرة،، أولتعرّضهم للعنف الجسدي بالضرب والركل والكي بالنار، والحرمان من حاجات البقاء اليومية.. حيث يدفع الغيظ الذي يعتمل داخلهم ضد تعامل وسلوك الأسرة إلى انفجارات مضادة بالعض أينما يمكن من جسم الآخر، سواء كان قريناً أوعضواً بالأسرة.

أما العراك والضرب والركل، فبالإضافة الى الشعور العارم بالغضب الذي يحرك الأطفال لهذه السلوكيات من العنف، فإنهم يقومون بها كما يلاحظ أحياناً خلال صراعهم على وسائل ودمى الألعاب أوعلى أدوار أورغبات محددّة خلال مباريات أومنافسات وأنشطة اللعـــب معاً..

ومن الملاحظ للأسف هنا، بأن بعض الأسر تعمد الى تشجيع أوتعزيز أطفالها بهذا السلوك العدواني والحصول بقوة العنف على ما يريدون من الأقران، ولم تنتبه الأسرة أو لم يعنيها معرفة إذا كان من حقهم في الأساس الحصول على اللعبة أوالدمية.. وإن ظلماً أوعدوانـــــاً قد حلّ بقريـــن أوأكثر آخرين لأسر مشابهة أخرى.

وتكمن خطورة استمرار الأسرة في تعزيز سلوك الضرب والعراك لدى الأبناء الأطفال، في تعويدهم على هذا الأسلوب كآلية للتعامل في الحياة،، وفي تحقيق رغباتهم وحاجاتهم، أو للحصول على الأشياء من الآخرين بعد انقضاء سنوات الطفولة البريئة ودخولهم مرحلة الشباب اليافع (المراهقة)،، ثم في سن الرشد كباراً عاملين في المهن والوظائف وأرباب اسر جديدة في المستقبل.. يعني، أن مثل هذه الأسرة تزرع بذور فنائها وشقاء أجيالها التالية بيدها، نتيجة الأنانية أوالجشع أوفقدان البصيرة بمنطق وسويّة الإنسان والحياة؟!

أسباب عامة لمشكلة العراك والعض من الأبناء

تبدو أهم الأسباب الملاحظة وراء مشكلة عراك وعض الأبناء: أطفالاً وشباباً يافعين (مراهقين) في اثنين رئيسين: سوء أوعنف تعامل الأسرة مع الأبناء، ثم الاضطرابات الانفعالية الشديدة التي يعانون منها نتيجة عوامل تخصهم أو تخص الأسرة والبيئة المحيطة حيث الحي والروضة والمدرسة.

فالأسرة التي ترفض حاجات ورغبات الأبناء بدون مبّرر واضح لديهم، وتعاملهم بقسوة وبعنف متواصل لفظياً وجسدياً مع ما يرافق ذلك أحياناً من قسوة وعنف وإساءة في الروضة أوالمدرسة... توصل الأبناء إلى طريق مسدود بدون خيارات في توصيل رسائلهم اليومية للآخرين سوى اللجوء إلى الضرب أوالعراك أوالعض.

أما الأبناء الذين يعانون من اضطرابات الغيظ والغضب والشعور باليأس والرفض نتيجة سوء معاملة الأسرة أولأسباب صحية نفسية أوجسمية أواجتماعية تخص علاقاتهـــم مع الأقران أوالمعلمين، أوتربوية مرتبطة بمشاكل تحصيلية مستعصية لديهم... يفقدون القدرة على التحكم بمشاعرهم الضاغطة تجاه الأسرة

أوالأقران أوالغير، وينفجرون سلوكياً برفض وعنف مضادين بواسطة الضرب والعراك أو المصادمة والعض.

التوجيه الأسري للتغلب على مشكلة العراك والعض من الأبناء

يمكن للأسرة في عملها للتغلب على مشكلة العراك والعض من الأبناء،اعتبار المبادئ والإجراءات التالية:

أ- التوجيه الأسري للتغلب على مشكلة العض.

1- **رفض الأسرة لسلوك العض فورا بالقول للطفل، لا،** هذا سلوك مرفوض أوغير مقبول وذلك بصوت هادئ وحازم.

2- **مسك الطفل بعمر 1-2 سنة والأخذ بيده والطلب منه للجلوس هادئا.**

3- **تفهيم الطفل بعمر 2-3 سنة بأن العض هو سلوك خاطئ** يؤذي الآخرين ويجعلهم غير راضين عنه أومحبيّن شخصياً له.

4- **تعبير الأسرة عن رفضها لسلوك العض من الابن بعدم تحقيق حاجته النفسية للحضن والحنـــان أو اللعب أو مرافقة الأم والأب في رحلة أو نشاط داخل وخارج المنزل،**

أوتأجيل حاجته أورغبته المادية إلى وقت آخر لبينما تتحسّن حالته السلوكية.

5- **تجنب الأسرة تعليم سوء سلوك العض والأذى الذي يلحقه للآخر بالقيام بعض الطفل...** لأنه أولاً الخطأ لا يعالج بخطأ، ثم أن عض الطفل يوفر له بروفة تطبيقية فعلية لسلوك العض والإحساس به ونتائج الألم منه، مؤكداً كل هذا للطفل مدى فعالية العض في تحقيق ما يريد.

ب ـ **التوجيه الأسري للتغلب على مشكلة العراك أو الضرب.**

1- **مبادرة الأسرة بالتدخل لثني الطفل عن العراك قبل البدء** ـ وذلك فور ملاحظة الغضب والتذمر عليه وشعوره بخيبة الأمل.

2- **الإشراف المباشر على الطفل ومتابعته في حركاته اليومية،** بدون الرقابة المتزمتة والتقريع له عن كل صغيرة أوكبيرة قد يرتكبهما، وذلك في حال تكرار سلوك العراك يومياً لديه لدرجة واضحة.

3- **فصل الطفل عن الأخ أو الأخت أو القرين الآخر فوراً،** مع تهدئة الجهة المتضررة من الضرب والتعاطف معها والتوجيه لطرق وبدائل يمكن تجنب الضرب بها.

4- **إخبار الطفل بعمر 1-2 سنة مباشرة بالتوقف فورا عن الضرب،** لأن الضرب سلوك سيئ ومؤذي للآخرين في نفس الوقت.

5- **إخبار الطفل بعمر2-3 سنة للتوقف عن الضرب،** لكونه سلوكاً مؤذياً مع إظهار التعاطف معه بالقول: اعرف أنك غاضب من كذا... لكن لا تضرب.. الضـــــرب لا يحل شعورك بالغضب.

6- **تجنب الأسرة بضرب الطفل تأديبا له أو لتعليمه سوء سلوك الضرب** للتبريرات التي أوردناها آنفاً.

7- **متابعة الأسرة لشجارات الأبناء وضربهم لبعضهم وتوجيههم دائما بالتوقف عنه** وتجنبه في التعامل فيما بينهم... أي يتوقع من الأسرة هنا عدم تجاهل أوغض الطرف عن عراك الأبناء وخلافاتهم العنيفة معاً.. لكون ذلك يعطيهم ضوءً أخضر بجواز مثل هذا السلوك منهم، ويُشجعهم بالنتيجة على الاستمرار به.

*****

[10]
الأبناء والأسلحة والأدوات الحادة القاتلة

يرتكب الأبناء هذه الأيام مزيداً من أعمال العنف والقتل لدرجة لم يسبق لها مثيل في تاريخ الطفولة أوالمراهقة على الإطلاق. وكلما قامت الأسرة بتوفير الحاجات المادية والتعليمية المدرسية، لوحظ مع ذلك ارتكابهم أكثر لحوادث قتل واعتداء جسمي على معلميهم وأقرانهم في المدارس والأحياء المحلية؟

وتتفاقم للأسف مشكلة حمل الأسلحة النارية والأدوات الحادة المؤذية أوالقاتلة لدى الأطفال المراهقين في الولايات المتحدة الأمريكية وبريطانيا والعديد من البلدان الأوربية الأخرى.. حيث حوادث القتل الجماعي التي تتناقلها الأخبار الفضائية تفوق كل تصور. تفيد الإحصائيات في هذا السياق على سبيل التوضيح ما يلي:

- أن إصابات الأسلحة النارية تشكل السبب الرئيسي الثاني للموت في الولايات المتحدة الأمريكية،، وأن كل طفل يقتل، هناك أربعة آخرين تتم إصابتهم بجروح مختلفة.

- أن 90% من حوادث القتل عام 1994، 15 – 19 % تمت بالأسلحة النارية.
- أن 77% من حوادث الموت في المدارس الأمريكية، كانت بسبب الأسلحة النارية.
- أن 50% من الأسر الأمريكية تمتلك في منازلها أسلحة نارية وأن 50% من هذه الأسلحة جاهزة لإطلاق النار والقتل.
- أن أكثر من (1300) ألف وثلاثمائة طفل بعمر 10 – 19 سنة ارتكبوا خطيئة الانتحار بواسطة الأسلحة النارية في السنة أعلاه.

ومع الصور القاتمة أعلاه في الغرب لحوادث العنف والقتل بالأسلحة النارية، إلا أننـــا في البلدان النامية، نبدو محظوظين بندرة اقتناء السلاح في المنازل (على الأقل في البيئات المدنية) وندرة حمل السلاح في الشوارع والمدارس، وندرة حوادث القتل بالأسلحة النارية من الأطفال والمراهقين والراشدين أيضاً... وربما كانت الفضيلة الوحيدة التي أفرزها حجز الحريات الشخصية في البلدان النامية، كانت في حظر الأسلحة النارية الذي أدى بدوره تلقائياً إلى حظر حوادث القتل.

ولكن الأبناء الأطفال والمراهقين في المدارس والأحياء المحلية لدينا، لم ينعدموا الحيل في ارتكاب أعمال العنف والقتل أحياناً.. بالرغم من افتقارهم للأسلحة النارية كما هو الحال مع أقرانهم في المجتمعات العربية.. فيلاحظ للأسف لجوء العديد منهم إلى حمل أسلحة حادة (غير نارية) قاتلة مثل: السكاكين والأمواس والمسلات والإبر الكبيرة والشفرات (المستخدمة في حلاقة الذقن كما هومعروف) والبومات المعدنية التي يتم تثبيتها في أصابع اليد.. والهدف بالطبع هوالانتقام من أقران متعارضين معهم أو من معلمين أحياناً... أو تهديدهم والتحرش بهم لأغراض الابتزاز والانحراف والأذى الجسدي

أسباب عامة لمشكلة الأسلحة والأدوات الحادة القاتلة

إن أهم الأسباب وراء حمل الأبناء أطفالاً ومراهقين للأسلحة والأدوات الحادة القاتلة وارتكاب حوادث العنف والقتل، هي:

1- انعدام متابعة الأسرة في تصرفاتهم اليومية والتغيرات الطارئة التي تحدث في أنفسهم وميولهم ومزاجهم الشخصي العام وأساليب تعاملهم أوأساليب حياتهم

اليومية المعتادين عليها في الأسرة وخارجها.. إن مرور هذه التطورات السلبية لدى الأبناء دون ملاحظة أوانتباه الأسرة وتوجيهها لما يلزم، يؤدي إلى استفحال المشكلات ومن ضمنها مشكلة الأسلحة والأدوات القاتلة الأخرى.

2- **معاناة الأبناء من مشاكل سلوكية وانفعالية تفقدهم صوابهم العقلي** وارتكاب أعمال العنف والقتل ضد أنفسهم بالانتحار أوالآخرين أحياناً.

3- **معاناة الأبناء من مشاكل تناول الكحول والمخدرات التي تغيب عقولهم ووعيهم**.. فاقدين بذلك منطق الحياة والتعامل السوي مع الآخرين واستعمال الأسلحة والعنف أوالقتل في حل صعوباتهم أوخيبات أملهم .

4- **مشاهدة الأبناء الكثير من برامج وأفلام العنف والقتل والأسلحة وأدوات الأذى الأخرى في الفضائيات التلفزيونية** وبرمجيات الفيديو العديدة هذه الأيام.. حتى ألعاب الفيديو ودمى الأطفال تقوم فلسفتها ومادتها ومواقف استعمالها أومشاهدتها على الأسلحة النارية والأدوات القاتلة الأخرى... إن مثل هذه التربية العنفية للأبناء،، تزرع فيهم دون انتباه الأسرة غالباً للمخاطر التي تفرزها على ميولهم وسلوكهم، حب تقمص أنشطة

ومواقف وأغراض العنف.. وتطبيقها كلما سنحت الفرصة مع الأقران والآخرين حولهم.

التوجيه الأسري للتغلب على مشكلة الأسلحة والأدوات الحادة القاتلة

يتوقع من الأسرة من أجل التغلب على مشكلة الأسلحة والأدوات الحادة في العـــــنف أو القتل، مراعاة المبادئ والإجراءات التالية:

1- **متابعة الأبناء في حركاتهم وأنشطتهم اليومية... دون التجسس عليهم أو ممارسة الضغوط والقهر عليهم..** بل الانتباه للأبناء والحديث المنتظم معهم وعما يشغل بالهـم أويسيء لمشاعرهم... والاستجابة لحاجاتهم عاطفياً وادراكياً واجتماعياً أكثر من سيل الهدايا والفلوس والحاجيات الاستهلاكية المادية...

2- **وقاية الأبناء من البرامج التلفزيونية ومبرمجيات الفيديو العنيفة** التي تغذي ميول وسلوك العدوان والقتل، وذلك بمشاهدة الأسرة مع الأبناء لبرامج الفضائيات، ومشاركتهم في اختيار البرامج التلفزيونية والبرمجيات الإلكترونية بدون العنف المتطرف في الكثير منها كما يلاحظ... كما يتوقع من الأسر هنا التنديد ورفض مواقف العنف والقتل التي يشاهدونها مع الأبناء، وذلك

بصيغ منطقية ومقنعة غير مباشرة، وغير إملائية.. حيث يفهم الأبناء نتيجة ذلك وتبادل الآراء معهم، أن هناك وسائل أخرى إيجابية وبناءة لحاجات وسلامة وقبول الإنسان لأخيه أو قرينه الإنسان بدون العنف الذي يشاهد على الفضائيات وفي البرمجيات الإلكترونية.

3- استشارة الأسرة لجهة طبية ومختصة لإجراء تحليلات شاملة لحالة الابن أو الابنة، إذا كانت حالتهما الانفعالية والسلوكية حادة، ويعانيان نتيجتها من العدوان أو العنف الزائد وتعرضهما بالتالي لارتكاب أعمال الأذى الجسمي أو القتل.

*****

FAMILY & CHILDREN VIOLENCE

Generally after,

Niolon, R. Dealing with Anger and Children. Family Resource Dec, 1999. Retrieved from the webJuly,2000 www.psychpage.com

❖ **American Psychological Association. Warning Signs- Violence against self. APA Help Center. Retrieved from the web March, 2002 www.helping.apa.org**

❖ American Academy of Child & Adolescent Psychiatry. Teen suicide. AACAP Facts for Families #10, 1998. Retrieved from the web April 2002 www.aacap.org

❖ Hunt, J. Ten Reasons Not To Hit Your Kids. The Natural Child project. Retrieved from the web Feb, 2001 www.naturalchild.com

❖ Namka, L. Get Your Angries Out. Internet: Talk, Trust & Feel The Repeutics, Jan, 2001. Retrieved from the web, Feb, 10,2001 www.members.aol.com/

❖ weich, c. How to Help Your Child Express Anger and Other Feelings in a Positive Way. Retrieved from the webFEb. 10,2001 www.teenfamilycounselling.org/

❖ Salter, A. Twenty Alternatives to Punishment. Internet: Aware Parenting Institute 1999. Retrieved from the web feb, 2001 www.aware Parenting.com/

❖ The Council For Exceptional Children. Behavioural Disorders: Focus on Change. ERIC clearinghouse on Disabilities and Gifted Education, 1996. Retrieved from the web Feb, 2001 www.ericec.org

❖ Vygotsky. Behaviour Management. (Based on the work of Ivar Lovaas). Retrieved from the web Jan, 18, 2001 www.vygotsky.sfasu.edu/

❖ APA Help Center. Warning Signs of Teens Violence. Family and Relationships. Retrieved from the web March 2002 www.helping.apa.org

❖ APA Help Center. Potential Warning Signs for Violence in Children. Family and Relationships, 1996. Retrieved from the web Feb, 2001 www.helping.apa.org

❖ APA Help Center. Raising Children to Resist Violence: What You Can Do. Family and Relationships,